明治四十一年壹月二十日發行
(明治二十年十一月本會創立)

婦人衛生雜誌

第二百二十四號

第三種郵便物認可明治廿六年四月四日
每月一回二十日發行
内務省許可明治二十一年二月二十八日

私立大日本婦人衛生會

婦人衞生雜誌

第貳百貳拾四號目次

◉會　告◉

◉本月は前半期決算期に候間會費未納の御方は本年十二月迄の前金相添へ此際本會事務所へ宛御送金被下度候

◉前金切れの御方は此際御送金被下度候也

本會の振替貯金口座番號一〇六〇〇番に付右番號を御承知の上所在の郵便局に於て該用紙御請取被下指定の欄内へ送金高、拂込人住所氏名、及び加入者住所氏名（即ち本會）等を記入し同時に金圓御拂込相成候はゞ直ちに本會へ送金無料にて相屆き且つ途中紛失及び盜難の憂ひも無之候又該用紙裏面に通信文欄有之候間他に用事ある節は何なりとも御記入差支無之候、右の如く拂込人に取りては安全、輕便、經濟等一擧にして種々の利益ある便法に付自今該法を御利用被下度此段會員諸姉に稟告致候也

○〔七月發行の本誌〕には會員諸姉の御便宜を謀り振替貯金拂込用紙を添付致置候間そを御用ゐ被下度候

○爲替御送附の節は本會事務所宛にて麹町區富士見町郵便局へ御振出しを乞ふ

私立大日本婦人衛生會 山形支會規則

第一條　本支會は私立大日本婦人衛生會々員山形市在住者を以て組織す●第二條　本支會に會長副會長の外幹事四名評議員若干名を置く會長副會長は公撰し幹事評議員は會長之を選任す役員の任期は一ヶ年とす●第三條　本支會は毎月一回(第一日曜日)講話會を開き毎年一回(五月)總會を開き講話の外役員の撰擧庶務會計の報告をなす●第四條　入會せんと欲するものは宿所姓名並に第五條の通り會費を添へ會員に紹介を依頼すべし本支會を退會せんとする時は其旨幹事に申出づべし●第五條　本會々費は會計幹事に納むべし但し六ヶ月又は一ヶ年分新に入會のものは其月より六月又は十二月迄の分を一時に納むべし●第六條　服裝は精誠質素なるを要す上著羽織は絹布を用ゆるを禁ず

明治三十三年二月四日創立

事務所山形市旅籠町新築西通二百八十九、北島氏方

山形支會

私立大日本婦人衛生會 宇都宮支會規則

第壹條　本支會ハ私立大日本婦人衛生會宇都宮支會ト稱ス●第貳條　本支會ニ會長一名副會長一名評議員拾五名幹事四名ヲ置ク會長副會長ハ公撰シ評議員幹事ハ會長之ヲ撰任ス各役員ノ任期ハ一ヶ年トス●第參條　毎月壹回(第一日曜日)講話會ヲ開キ毎年五月講話ノ外役員ノ改撰庶務會計ノ報告ヲナス●第四條　入會ハ宿所姓名ニ第五條ノ通リ會費ヲ添ヘ事務所ヘ申込ミ又ハ會員ニ紹介ヲ依賴スベシ本支會ヲ脱會又ハ本會ヲ退會セントスルトキニハ其旨事務所ニ届出ヅベシ●第五條　本會々費ノ外別ニ支會々費ヲ要セズ會費ハ一時ニ六ヶ月又ハ十二月分、新タニ入會ノモノハ其月ヨリ六月又ハ十二月迄ノ分ヲ納ムベシ●第六條　本支會ハ別ニ支會々員ヲ置キ支會會費トシテ一ヶ月金五錢ヲ納ムルモノトス●第七條　講話會ニ出席ノ節ハ成ルベク家族又ハ知合ノ婦人ヲ誘引シ傍聽セシムベシ●第八條　服裝ハ精誠質素ナルヲ要ス上著羽織ハ絹布ヲ用フルヲ禁ズ●第九條　特ニ支會規則ニ掲ゲザルモノハ本會ノ規則ヲ準用ス

明治三十四年二月三日創立

事務所宇都宮市傳馬町三十三番地、行森氏方

宇都宮支會

私立大日本婦人衛生會 新潟支會規則

●第一條　本會は大日本婦人衛生會に屬し婦人衛生の研究を目的とし兼ねて一般慈善事業を爲すにあり●第二條　當支會の會費は左の六種とす終身會員一時限り出金貳拾五圓特別會員毎月金參拾錢通常會員同金貳拾錢支會員甲毎月金拾錢乙同金五錢●第三條　入會せんとするものは役員に申出て其承認を得べし●第四條　會費毎月拾五錢以上を納むるものには本會衛生雜誌を配布す●第五條　會費は雜誌料として一部を本會へ納め殘金は銀行へ貯蓄して衛生慈善資金とす●第六條　支會には會長一名副會長一名評議員十五名幹事五名理事一名を置く會長副會長は總會に於て公撰し評議員幹事は會長之を撰任す各役員の任期は一ヶ年とし再撰するを得役員は總て無給とす●第七條　支會は毎月六日通常會を開き衛生及び慈善に關する演說をなすべし●第八條　毎年一月總會を開き支會の要務を擧行す●第九條　本會は毎年春期懇親會を催し時宜によりては慈善販賣店慈善演藝會等を開くことあるべし●第十條　天災事變に際し慈善救濟を要する場合に於ては特に會員中の有志者より物品の寄附を募ることあるべし會員外の篤志者より臨時金品の寄附あるときは役員の協議を以て特待員又は賛成員となすべし●第十一條　一般慈善事業の贊助天災事變の救濟の事務は役員會の決議によりて實施するものとす●第十二條　支會々員は服裝其他を質素にし集會の際は可成く綿服を著用すべし●第十三條　特に本規則に掲げざるものは私立大日本婦人衛生會の規則を準用す

明治廿九年四月創立

事務所新潟市本町通十三番戸中村しげ子方

新潟支會

私立大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみなして足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一年を送らんと皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれば此生活を得んをいと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして皆我等婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相尋て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは實に喜ばしきことなりされども其の衛生の事に至りては更に注意を置かざるものゝ如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演說談話を乞ひ互に相研究し尙之を筆記して冊子と編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす茲に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸愛姉に告げ其贊成を仰ふぐことしかり

明治二十年十一月

唱首者總代

私立大日本婦人衛生會規則摘要

（明治廿二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ隨て社會全般の幸福を增進するにあり●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く●第三條　本會々員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の紹介を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員章を交付す（交付手續等本會に詳なり）入會後轉居等あるときは速に本務所に報知せらるべし●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三拾錢以上、通常會員は一ヶ月金拾五錢を納むる者とす●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを望みたる者は役員の協議に依り會費を無料とすることあるべし●第七條　會員は本會に於て毎月發行する雜誌を無料にて受ることを得●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は返付せず●第九條　本會に推戴員を選き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に願出るものとす●第十條　本會に左の役員を置く　會長一名、副會長二名、幹事七名、評議員二十五名、書記若干名●第十一條　會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命す但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し[illegible]

[illegible]●第卅四條　會員中若し本會の障碍となるべき所爲ある者又は[illegible]會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議會の決議を經て除名し若しくは廣告することあるべし

東京市麴町區富士見町二丁目卅二番地

私立大日本婦人衛生會

○役員姓名

總裁 東伏見宮依仁親王妃 周子殿下
會長 侯爵夫人 鍋島榮子
副會長 男爵夫人 濱尾作子

（いろは順）

幹事 鳩山春子
同 羽田三緒子
同 岡田徳子
同 高木かう子
同 山本多穂子
同 松平芳子
同 三浦敬子
評議員 石川貞子
同 岩下ゆか子
同 濱田捨子
同 長谷川仲子
同 仁禮壽賀子
同 西升子
同 磯稜歌子
同 土肥多越子
同 緒方悦子
同 岡山とし子
同 小川孝子
同 男爵夫人 加藤鈴子
同 片山伯子
同 吉武錦枝子
同 丹波貞子
同 高橋孝子
同 田村きよ子
同 男爵夫人 南部殿子
同 中濱芳子
評議員 子爵夫人 山口貞子
同 松井正子
同 岸澄子
同 三宅藤子
同 宮本樂子
同 宮下咲子

●支會、新潟、山形、宇都宮、茨城、高崎、米澤

本會特別賛成員

（●は本會の爲め講演又は執筆せられし諸氏）

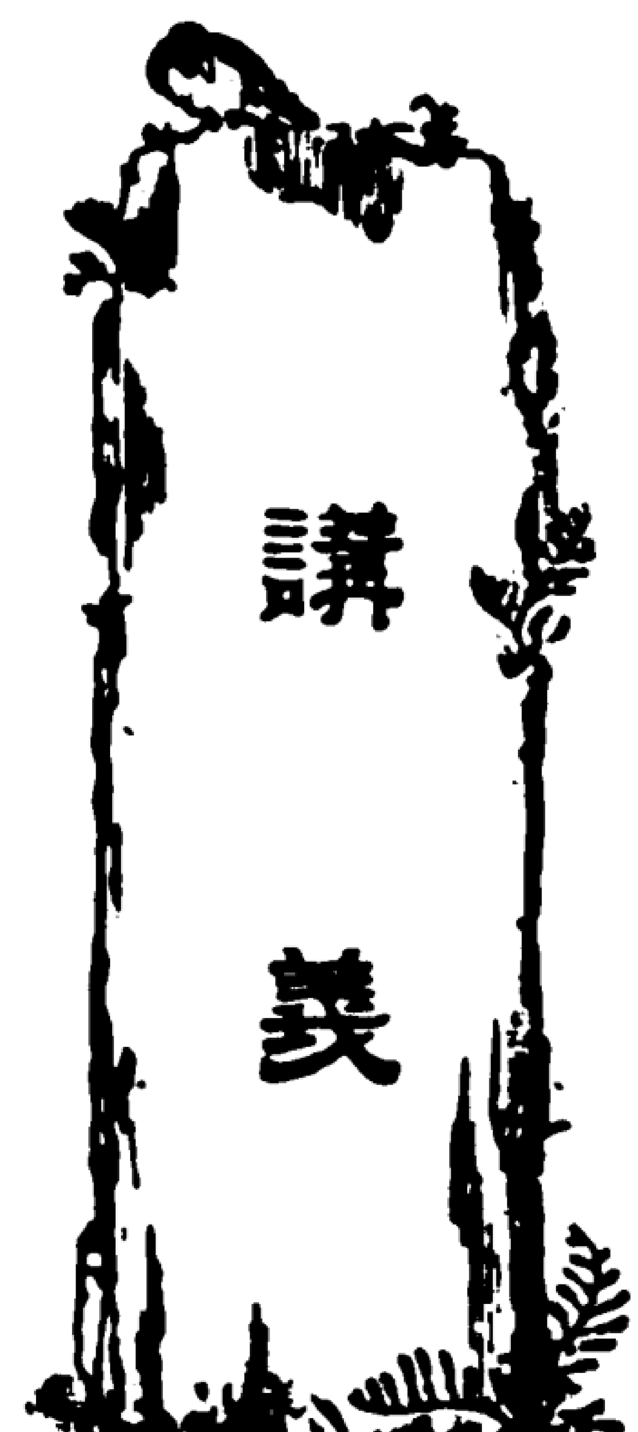
醫學博士 入澤達吉君
理學博士 飯島魁君
ドクトル 伊澤信平君
色川圀士君
醫學博士 伊東祐彦君
ドクトル 飯塚挺造君
醫學博士 伊藤隼三君
理學博士 石川千代松君
内務技手 岩井禎造君
醫學士 石原久君
醫學士 野瀬雄一君
醫學士 石原喜久太郎君
貴族院議員 濱尾新君
醫學博士 濱田玄達君
法學博士 鳩山和夫君
東京 秋原淵四郎君
醫學博士 芳賀榮次郎君
長谷川泰君
新潟 長谷川一詮君
小兒科 小原柳之君
醫學博士 岡田榮吉君
醫學博士 林春雄君
醫學博士 佐藤達次郎君
醫學博士 緒方正規君
步兵中佐 堀内文次郎君
醫學博士 土肥慶藏君
醫學博士 岡田和一郎君

醫學博士 大澤謙二君
醫學士 大西秀治君
醫學博士 大澤岳太郎君
一等藥劑官 恩田重信君
醫學士 若杉喜三郎君
醫學士 渡邊房吉君
男爵 加藤弘之君
醫學博士 加藤照麿君
醫學士 賀古鶴所君
醫學博士 河本重次郎君
醫學博士 片山國嘉君
醫學士 川上雅量君
醫學博士 樫田龜一郎君
醫學博士 金杉英五郎君
醫學博士 笠原光興君
醫學士 唐澤光徳君
醫學士 河野衛君
醫學博士 高橋順太郎君
ドクトル 高山紀齋君
醫學博士 高木兼寛君
法學博士 高木豐三君
醫學博士 田代義徳君
新潟 田代完助君
男爵 高崎正風君
醫學士 竹中成憲君
醫學士 高田耕安君
新潟縣病院長 高橋辰五郎君
藥學博士 丹波敬三君
醫學士 高橋貞碩君
藥學博士 田原良純君
醫學士 田村光蹊君
醫學博士 久保猪之吉君
醫學士 米山彦郎君
二等軍醫正 星野葆光君
醫學士 宮本叔君
三等軍醫正 横井忠國君
大日本教育會長 辻新次君
理學博士 坪井正五郎君
醫學博士 長與稱吉君
男爵 南部寛男君

理學博士藥學博士 長井長義君
醫學博士 遠山椿吉君
醫學博士 中濱東一郎君
醫學士 黑田支近君
醫學士 栗本庸勝君
海軍中佐 小笠原長生君
醫學士 村松鐵三君
醫學博士 隈川宗雄君
醫學博士 栗本東明君
醫學博士 山田鐵三君
醫學士 山田弘倫君
醫學士 山根正次君
岡山 山川春二君
衞生試驗所技手 丸山長四郎君
ドクトル 松山陽太郎君
ドクトル 小此木信六郎君
盲啞學校長 小西信八君
廣島 小泉實君
醫學士 古川榮君
東京 布施正斷君
南滿洲鐵道總裁 後藤新平君
元帝國大學教授 エ、ベルツ君
醫學士 中野榮君
文部書記官 寺田勇吉君
醫學士 寺山牧作君
醫學士 寺田織尾君
子爵 秋元興朝君
前軍醫總監 足立寛君
ドクトル 富士川游君
高崎醫會長 土谷全次君
産科婦人科 水原漸君
ドクトル 久保田成麿君
醫學博士 佐々木政吉君
醫學士 淺川決君
醫學博士 朝倉文三君
醫學博士 朝山義六君
ドクトル 晉長勝剛君
醫學博士 佐藤三吉君
醫學士 櫻井郁二郎君
ドクトル 佐伯理一郎君

醫學博士 榊順次郎君
醫學博士 榊保三郎君
醫學士 佐藤得齋君
醫學博士 櫻井恒次郎君
醫學博士 桐淵銳次君
醫學士 北村橘造君
醫學博士 北島多一君
ドクトル 北川乙治郎君
醫學博士 木下正中君
醫學士 北島小太郎君
醫學博士 北里柴三郎君
醫學博士 三浦守治君
醫學博士 三浦謹之助君
小兒科專門 宮本仲君
理學博士 箕作佳吉君
醫學博士 三島通良君
醫學博士 三宅秀君
醫學博士 三輪信太郎君
伯爵 土方久元君
醫學博士 島村俊一君
醫學博士 弘田長君
ドクトル 月高昂君
ドクトル 須山卓附君
醫學士 澁川德君
醫學博士 木村德衛君
醫學博士 森林太郎君
醫學士 能川三男三君
醫學士 波多野忰君
醫學博士 吳秀三君
ミス リツデル
ミス ヒユース
ミセツス コーツ
ドクトル 菊池循一君
醫學士 橋本左武郎君
醫學士 鳥居作祥君
醫學博士 土川卯三郎君
ドクトル 佐藤進雄君
ドクトル 西山信光君
醫學士 濱崎寛制君

婦人衛生雜誌第二百二十四號
（明治四十一年七月二十日發行）



衛生學大要（承前）

醫學士 河野衛君述

植物性食物

の御話しと致しましよう植物性の食品は、動物性のものとは其含んで居る榮養素の分量が大變に違つて居ります、動物性の食には、蛋白質と脂肪とが多うありますけれども、植物食には脂肪、蛋白質が少くて主に含水炭素が含まれてあります、それから植物食には纖維素といふものが多く含まれて居ります、植物性の食物は、常に煮るとか、あぶるとか適當の料理として、腸へ容易に吸收せられるやうな形にして、食するのであります、そうして其中に含まれて居る含水炭素の一部分である所の纖維は人體には效能の無いものでありまして、即ち胃や腸の消化液は此纖維を消化する事が出來ないものであります、それから植物性の食物と、動物性の食物との大なる相違は、動物性食物では、色々の榮養素は、濃厚な狀態で含まれて居るけれども、植物食では、本來水分が多量に含まれて居る上に、其料理にも多量の水を用ひなければなりませぬから、隨て食物の分量が大變に多くなります、植物食が動物食に優る所は、之を食ふた爲めに傳染病に感染するといふ危險の少い事と、それから腐敗した植物からは、危險の毒物を發生するといふ事が尠いといふ點であります、植物の腐敗して居る事は、又容易に眼に附くものであります、然らば動物食と、植物食と何れが優るか、何れを食としたらば宜しいかと申しますと、實際植物食ばかりで以て生活を續けて行くといふ事は、出來

ぬ事は無いけれ共、動物食と植物食とを適當に混じた食物といふものが、人の榮養品としての理想なのであります、動物食ばかりでもいかぬし、植物食ばかりでも、適當な榮養を取る事が出來ないのでありますから、吾々は兩者を混じて食せなければなりませぬ、植物食ばかりでは、脂肪、蛋白質、含水炭素といふやうな各榮養素の所要量を取るといふ事が甚だ困難であります、そこで植物食には、蛋白質が尠いから、外に牛乳や卵のやうなものを取つて、蛋白を補はなければなりませぬ、それ故に、植物食ばかりを食つて、榮養素の所要量を取るには、甚だ大量を取らなければなりませぬ、此大量の食餌を取るといふ事は、胃や腸の働きを要する事が亦非常に大きなものであります、それ故にドウしても單に植物食ばかりを以て吾々の榮養とする事は六ケ敷いのであります、植物食の中で先づ穀類から御話し申しますと、此穀類といふ中に、多くの種類がありまして、米や麥は勿論の事此の外に玉蜀黍、燕麥、それから粟、稗のやうなものを指すのであります、米は我國、支那、印度で盛に用ひ、此れが主食物となつて居りますが、歐米では麥を多く用ひて居ります御承知の通り此等の穀類は其外皮を除いて、粉となし、或は、粉にせずに、被膜を除いて、夫々一定の調理として吾々の食に供するのであります、此穀類にも多量の榮養素が含まれて居りますが、前にも御話し致しました通り、植物性食物でありますから脂肪や蛋白が尠くて、含水炭素、纖維素が多うあります、穀類には、其成長の間に種々な寄生物が發生する事があります、一番多いのが麥角であります、此麥角のあるのを知らずに食つて、中毒に罹る事もあります、或は有毒の雜草の實と混ずる事もあります、又植物に害蟲の發生するを防ぐ爲めに種々の藥劑を注ぐときには、穀物の中に此藥劑を含んで居る事があります、穀物にも黴菌が附いて、之れが爲めに、穀物の性質を變ずる事があります。

パン(麵麭)は小麥の粉に水を加へて、ヨク煉り、酸

母を加へて、醱酵せしめ、「アルコール」と炭酸を發生した後に燒いて造つたものであります、パンは穀物の粉で出來て居るものでありますけれども、消化液がヨク浸み渉る事が出來まして、ヨク消化せられるものであります、パンは其他の方法でも造られて居ります、小麥で造つたパンには百の中に水分が三八・五蛋白質が六・八脂肪が〇・八糖分が二・三澱粉が五一・〇纖維素が〇・四灰分が一・二位含まれてあります、麵麭は古くなると水氣を失ひ、味が惡るくなり、絲狀菌が發生する事があります。

豆類

豆類は植物性食物の中で一番蛋白質を多量に含んで居るものであります、此の外に含水炭素や脂肪をも無論含有して居ります、今小豆と落花生の百分中の成分を示しますと、左の通りであります。

	水	蛋白	脂肪	含水炭素	纖維素	灰分
小豆	一六・〇八	一七・三六	〇・二四	四八・二〇	一四・九六	三・七一
落花生	七・五〇	二四・五〇	四五・五〇	一一・七〇	四・〇〇	一・八〇

豆類の消化は、調理法の如何に依つて、相違があります、豆の中には纖維素といふものがありまして、消化液に觸れ難いものでありますから、消化は一般に良くありませぬ、併し豆腐の如きは、豆として食ふのよりも消化が遙に宜しくあります、豆腐は百分中に水が八八・七九蛋白六・五五脂肪二・九五纖維素一・〇七灰分〇・六四あるといふ事であります、豆腐は價も廉くて、消化も良く、蛋白質も相當に含まれて居りますから、日常の食物として、極めて適當なものであります、其他味噌、醬油も同じく豆から造つたもので、嗜好品として用ひられて居ります。

根類

根類といふのは、馬鈴薯、甘藷、蘿蔔、牛蒡、蓮根の類を指すのであります、根類は一般に蛋白、脂肪の量が尠うあります、中には澱粉の多いものもあります、此澱粉は消化は良いものであります。

胡瓜、南瓜の類は根類よりも榮養分は少いものであります。

果實と野菜

此れは水分が主なる成分でありまして、榮養素の量は至つて尠いものでありますけれども、鹽類、糖酸類抔を含んで居りますからして、嗜好品として用ひられて居ります、林檎は百分中に水分が八四酸類〇・八糖分七を含んで居ります、葱は百中水分九一蛋白一・五脂肪〇・二澱粉四・八位含まれて居る。

菌類

菌類は一般に味が良くて、芳香がある所から、嗜好品として、廣く用ひられて居りますけれ共、消化はあまり宜しくないものであります、尤も榮養素を可なり含まれてあります、菌には毒になるものが尠くありませぬから注意しなければなりませぬ、松茸の百分中には、水が八一蛋白三脂肪〇・七位を含んで居ります。

香物

香物は消化の不良な品でありますけれども、嗜好品として廣く用ひられて居ります、香の物は、糠味噌鹽、酒粕、味噌、酢抔を以て漬けたものであつて、其種類も色々あります、澤庵漬の百分中には水分が八二・七二脂肪〇・〇六纖維素一・五三含窒素物一・三八無窒物六位含まれてあります是れから酒類の御話しを致しましよう。

麥酒は西洋では中々盛んに用ひられ、殊に獨逸では其消費高は莫大なものであるといふ事であります、獨逸では女でも子供でも、恰も我邦人が茶を飲むやうな氣になつて盛に飲むといふ話しであります、小兒病院に居る子供の泣いて氣嫌の惡い時に「ビール」をやるからと言へば泣きが止むといふ話しも私は聞いた事があります、我國でも近時需用が段々多くなり、内國でも其製造は進歩し、大抵國内に造る丈けで外國から取らなくとも需要に應ずるやうになつて來たといふ事であります、併し幸に我邦ではまだ女や子供迄が「ビール」を飲むやうな不體裁な事はありませぬ。

麥酒を造るのは、大麥又は小麥を水に浸して芽を出

させ、之を乾して麥芽といふものを造り、之れに水を加へて煮て、之に「ホップ」を加へて煮沸し、冷却し次に釀母を入れて棚の中で醱酵させるのであります、「ホップ」は麥酒にアノ苦い味を與へるものであります、我國產の「ホップ」は、どうも西洋のやうに良くないといふ話しであります。

麥酒は「アルコール」の含量が極めて尠うありますから、他の酒類のやうに、中毒を起す事は少うありますけれ共、習慣性に暴飲すると、消化器を害する外に、一定の病を起すものであります。

葡萄酒は葡萄の實を碎いて搾り、之を醱酵せしめたものは白葡萄酒となり、皮も一緒に醱酵させると赤葡萄酒となります、葡萄酒百の中には「アルコール」が七分から八分含まれて居ります、葡萄酒には僞せ物が中々に多うあります。

強い酒類としては、燒酎、泡盛のやうなものがあります、燒酎には「アルコール」が百分中五一位あり、泡盛には四一分含まれてありますから、大分強い酒類であります、「コンニャック」といふ酒も「アルコール」は四〇分位も含まれてあります。

日本酒は麹を蒸した米へ水を加へて、醱酵させて出來るものであります、日本酒には「アルコール」分が百分中一七位含まれて居ります、味淋には「アルコール」が百分中一〇保命酒には百分中一二位含まれて居ります。

煙草

煙草は古くから、盛に用ひられて居たものでありまして、我國に入つて來たのは凡そ三百年も昔の事であるといふ事であります、煙草の中には「ニコチン」といふ有害な成分を含んで居ります、煙草は過用すると、甚しい中毒に罹るものであります、それは頭痛を覺えたり、消化器の病を發したり、或は不眠となり、眼病を起し、手足が震ふやうになつて來るものであります。

珈琲

「コーヒー」は、「コフエヤアラビカ」といふ木の實を

取つて、焙つて粉にしたものでありまして、之を湯に入れて、茶のやうにして、飲むのであります、珈琲の粉末を賣つて居りますが、是れには随分僞せ物が多くありまして、或は小豆の粉を混じたり、其他種々の品を加へて、賣つて居ります、角砂糖の中に入れてある珈琲には殊に僞せ物が多いやうに思はれます、珈琲にて「コフエイン」といふものが含まれて居ますから、茶と同じく度を過ぎますと、眠れなくなり、頭痛を發し、めまいがしたり、動悸が烈しくなつて來ます、少し飲めば、精神が爽快になつて來るものであります。

茶

茶は吾々日本人が昔から用ひて居る所の最も上品な嗜好品の一であります、西洋人は、日本人の茶を飲む所を見て、砂糖を入れないで、どうしてヨク飲めると怪しむそうであります、日本の茶を味ふ事の出來るのは、日本人ばかりであります、是れが國の特性であります、外國の博覧會抔で日本の喫茶店を出すのも、日本の固有な所を示す意味なら宜しいけれども、西洋人に味を知らせるといふ意味では、面白くないと私は思ひます。

茶の中には、有效成分として、「テイン」鞣酸、芳香油を含んで居ります、茶を飲むと、精神が爽快になり、疲勞を慰するに極めて宜しいものであります、茶も過用すると、不眠となり、動悸が烈しくなり、或は頭痛を起します、茶にも亦僞せ物がありまして木の葉を混じたり、或は一度用ひたものを乾かしてませたりして賣るのがあるといふ事であります。

以上で先づ衛生の極く大略の所を御話し申しました尤も傳染病の事を御話し申すが、順でありますけれども、是れは長くもなりますから、後日稿を改めて御話しする事に致しまして、衛生學大意の御話しは茲で一ト先づ終結として置きます。

叢談

醫家の美顏法

H、G、子

近來新聞や雜誌等に、美貌術だとか美顏法だとかと云つて種々の記事が掲載せられて居ます事は、讀者諸君には既によく御存知の事と思ひますが、それらの記事を讀んで見ますと、其多くは、白粉は如何につければ美しく見えるとか、よく白粉がのるには如何にすればよいかとか、如何にすれば眉毛が美しく眼が涼しく見えるかとか、毛髪は如何に結べば品がよくて如何なるリボンが似合ふとか、如何にすれば口が小さく引縮つて見え、鼻が高く見えるとかと云ふ樣な種類の事が多い樣に思はれます。斯かる記事も御婦人方には隨分必要で有るには相違有りませんが、併し嚴密に申しますと之れ等は實際の美顏法では無くて、只一種の化粧法と云ふに過ぎぬので有ります。化粧をすれば美しく成るから美顏法に相違無いではないかと云はれゝば夫れ迄で有りますけれど實を申せば化粧をして美しく成るのは實際に顏其物が美しく成つたのではなくて、顏の表面に附けてある物の爲に顏が美しく見えて居るばかりなので有ります。白粉を洗ひ紅を流して鏡面に對した時には蓋し一種の不愉快を禁ずる事が出來ないかも知れぬので有ります。斯く申したからとて、私は決して化粧法を輕く見る譯では有りません。白粉をつけてはならぬの、紅をつけてはいかぬのと道學臭い事ばかり云ふのでは有りません、美は女の生命だとか申しますから、種々に思を凝らして化粧の法を研究する事も勿論必要で有るに相違は有りません。併し乍ら化粧法は化粧法として置いて、其他に別に、顏其物を根本的に美しくする、眞個の意味の美顏術に關しても、之れ亦十分研究する價値が有るだらうと、思うの

で有ります。根本的に顔を美しくする方法を研究しやうとすれば先第一に美とは何ぞやと云ふ問題を決して置かねば成りません。美とは一體何でせうか、人を見てあの人は美人だと云ふ時には之れを種々の點を見て云ふのでありませうが、それを引ッくるめて一口に言へば美とは何でせうか、私は之れに定義を下して

美は健康の表象なり

と云はんとするので有ります。此定義は多くの場合に於て當つて居るだらうと信ずるので有ります。今試みに數例を擧げて見ませう。丈けなす黑髮が房々と多くある時に誰か之れを美人の一要素とせぬ者が有りませう、而して此多き髮は何を表はして居るか此人の榮養がよく、毛髮の發育十分で、皮膚病や慢性體質病等の無い爲に毛髮脫落症等に陷つた事の無いと云ふ健康狀態を示して居ると共に、一方には又此多き毛髮の爲に頭部からの寒冒に罹る事無く、頭部に外傷を受けても俄に毀損せらるゝ事の無いと云ふ樣に、未來の健康の保證をすら示して居るので有ります。次に又顏面の皮膚が細やかで滑らかである時には、誰も之れを美人の第一要素とするに憚らぬでせう、化粧品の廣告等には爭つて第一に之れを說き立てゝ居ます、然るに此細き滑らかなる皮膚は、つまり過去に於て種々の皮膚病等に罹つた事無く、皮膚の榮養佳良で、血液循環亦甚だ順當等の健康狀態を示して居るのみならず、未來に對しては、皮膚が細かで少しも荒れて居らず目に見えぬ小さな傷も無い爲に、種々の微細病菌等の皮膚からは決して入り來る事が無いと云ふ證據と成つて居るでは有りませんか。次に又美しく並んで居る皓き齒、之れも美人としての一大要素で有りませうが、之れの表はして居るのは、過去に於て口中の疾患等の無かつた事、齒牙の發生及發育が適當で有つた事、又齲齒の爲に生ずる齒根顎骨の骨膜炎や、頸部の淋巴腺炎等に罹つた事の無いと云ふ健康狀態を示して居ると共に、未來に向ては又齒牙缺損の爲に來る口腔內の諸

病を始め、消化不良、胃腸疾患等に對して幾分の保證を示して居るでは有りませんか、斯の如く數へ立つれば美の代表を成して居る諸點は何れも皆健康の表象で無いものは有りません。紅の樣な脣は血液循環の佳良なるを示し、愛嬌の溢るゝ皺の生ずるは顔面筋肉殊に笑筋の發達十分なるを示し、得も云はれぬ美しき色澤の有る皮膚は皮下組織内に十分に脂肪分の發育せるを示せるが如く、何れも皆健康の表象ならざるは無いので有ります。然るに之れに反して、多くの婦人の患ふる醜き點は如何でせう。皮膚のざら〳〵として居るのは何か皮膚病をやつた證據では有りませんか、鼻が低くて鞍の樣な形に成つて居るのは自分自身が親讓りかの黴毒を示して居るのでは有りませんか、眼や口が全體に一方に屈んで居るのは顔面神經麻痺を示して居るでは有りませんか其他顔面蒼白なるは子宮其他内臟疾患を示し、顔面に水腫の有るは腎臟炎や脚氣等を示し、額の瘢痕や若き女の上脣の皺は黴毒を疑はしめ、口脣の烈けたのや頭の馬鹿に大なるは先天的の畸形を憐ましむ斯く數へ來らば苟くも世人の云ふ醜形なるものは、何れも發育不全或は疾病を表象せざるは無いので有ります。して見れば美醜と云ふ事はつまり健不健にあると云つても、餘り過言では有るまいと思はれます。然るに世間の御婦人方は、渴する如くに美を望んで居らるゝに拘らず、化粧の方ばかりに意を用ひて、根本的に治療を施す方には考を向けない方が甚だ多いのは如何云ふものでせう、自分に醜い點が有つても之れが病氣だとか發育が十分で無いのだとかには氣が附かずに、之れは自分に特有のものだから如何にかして化粧を以て之れを目立たぬ樣にしやうと云ふ工面ばかりして居られる方が澤山有ります如何なる醜い顔貌も醫藥の力を用ふれば直に見違へる程の美人に成るとは、申すのでは有りませぬけれど、本人の方では醜い事は氣に成つて居るが何故醜く成つて居るかがわからず、又其理由は明でも其治療の方法が有るとは知らずに、最早だめだと斷念し

て居るのが澤山有る、殊に先天的の醜形畸形等で僅の手術をすれば美しく成る樣なのを、之れは生れ附だからと斷念して居るのは澤山有ります。斯かる人に、其醜形は患ふるに足らず、何々の療法をすれば直に美しく成ると敎へられたら其婦人の幸福は如何ばかりでせう。私が此稿を起したる微意は其點に外ならぬので有ります。左に各項を分つて、之等生れつきの畸形や、疾病の爲に來つた醜形等を一々示し其成立を述べ、自家治療の出來るものは其方法を記し、醫者に托すべきものは、其形を醫者が略ぼ如何なる方針で如何に治療するかと云ふ事を通俗的に述べて見ませう。

第一　鼻の醜形

鼻は顏面の眞中にあるもので、顏の中でも第一に人の目につき易い處であります。人と人とが向つて話をする時には、距離が多く離れて居る時には、對手の人の眼を見て居る事もあり又時には別段何處と云ふ事も無く見て居る事もありますが、一室に兩人對座して話す樣な時には、直接に其人の眼を見て居る事は何だか心苦しく、かと云つて顏を見て居ないと話に實が入らぬから、丁度對手の面の眞中の邊、即ち鼻の近傍を見て居る事が多いので有ります。話が面白く進んで居る間は對手の面等は考へて居る人も有りますまいけれど、追々話し勞れて興味の少なく成つた頃には、內々で對手の面を批評的に觀察する樣にも成るかも知れぬ、其時丁度目について居るのが鼻であるから、鼻の形の美醜は隨分人の注意をひく事と成つて來るので有ります。

鼻の醜形の種類は如何かと申しますと、

一、生來の醜き鼻、之れは別段病氣の爲では無く鼻の骨や軟骨や其他の組織の發育不十分の爲めに出來たる低い鼻や醜い鼻。

一、鞍形の鼻、之れは鼻の中隔の骨が黴毒の爲に腐り落ちて仕舞つて、爲に鼻の背の部が全體に陷沒し、鼻の前端ばかりが突出して、鼻の孔が下に向かずに前面の方を向いて居るので有りま

す。
一、鼻翼が一部分或は全部缺損せるもの、之れは黴毒又は狼瘡の爲めに各組織が漸次腐つて仕舞つて、終には鼻が全部缺損して、面の中央に大きな穴を殘して居るのも有ります。
一、酒渣鼻、俗に赤鼻、之れは日本には少ない方で、殊に若い婦人等には少ないので有りますが鼻の部で血液が鬱積し、血管が膨脹して、其爲に鼻が赤く見えるので有ります。最も簡單なる例は寒い時に風に向つて歩いた時に起る赤鼻で有りますが、酒渣鼻と名の有る如く、最も多く原因と成つて居るのは飲酒の爲に來る赤鼻で有ります。其他、血液の鬱積を來すものは此赤鼻の原因と成る。婦人の月經が少なかつた時や、月經閉止期や、妊娠や、生殖器の腫瘍や凡て此原因と成る事が有るので有ります。
一、鼻息肉、之れは前述の赤鼻が程度を進めたもので有つて、赤鼻の部に座瘡が出來たりなどして益〻赤く成り、追々進んで其部の組織が増殖し、赤い鼻が次第に大きく成り、或る部分は結節狀に長く延びて來て、終には口の上までも蔽ふ程に成るので有ります。

以上種々の醜形が有りますが、之等に就いて各其治療法が研究せられて居て、或る程度迄は普通の形に近く出來る樣に成つて居ますから、決して早合點に斷念する事無く、專門の醫者に相談して見ねばなりません。偖て之等に對して行ふ治療法は如何か、一々大略の方針を述べて見ませう。

其一、生來の醜形及鞍形の鼻の治療法

之れはつまり外見上鼻の形だけは存して居るが、只低く成つて居る、之を高く仕樣と云ふのが目的で有ります。併し生來の醜形と云ふ方にはちやんと鼻の柱も備はつて居るが、鞍形の方のは黴毒の爲めに柱が倒れて仕舞つて居る。

軟骨移植術　は此柱の無く成つたものに對する一の治療法で有ります。之れは如何するのかと云ふと、

柱が取れて居るばかりで有るから、他から柱を持つて來て建てゝ置けばよいと云ふ譯で、他部の軟骨を移し植える事にした、それに最も都合のよいのは肋軟骨で有るから、胸を開いて肋骨を露出し、其軟骨部から鑿と槌とを以て一小片を削り取り、早速之を鼻の中に移し植えるので有ります。一寸考へると思ひも寄らぬ事の樣では有りますが、之れで成功した例は隨分有ります。併し乍ら何と云つても、他から全く切り放して關係の無い處へ植えるので有りますから、出來損ふ事も有ります。之れよりは安全で確實で、痛い思もせずに、簡單に出來る方法は「パラピン」注射術　で有ります。之れは近來非常に有名に成り流行し來つて、生來の醜形にも、鞍形の鼻にも盛に用ひられて、少しも差支の無き立派な鼻と成る理想的の方法で有ります。此方法は隨分古くから行はれて居ましたが、以前進歩しない間は「ワゼリン」を用ひて居ました。「ワゼリン」に「パラピン」を混じて注射したので有るが、如何も都合よく行かぬので、次には「パラピン」ばかりを用ゐる事と成り、之を熱して熔かし、液體の儘で注射器に入れて注射したので有ります。併し此方法では中途で液が出なく成つたり。又熱い液を入れる爲めに皮膚が刺戟されて、充血を起したり、不愉快の事が多かつたが、近來に成つて始めて現今の方法即ち「パラピン」を硬い儘で注射する方法が發見に成つたので有ります。偖て其方法は如何するのかと申しますと、極めて簡單なもので有りまして、注射器の中に「パラピン」を仕込んで置いて、之を鼻の上に刺す、之れは他の注射と同じ事で、左のみ痛いものでは有りません。注射器の尖を皮下に刺して置いて、元の方をねぢると、內部の仕掛で尖から「パラピン」が出る、丁度索麪の絲の樣にうね〳〵と出て來て、皮下にたまる、注射器を深く入れたり淺く出したりして各部分に「パラピン」を入れ乍ら、外の指を以て中に入れた「パラピン」をつまんで丁度適當な鼻の形に成る樣にするので有ります。誠に簡單なもので中に入

つた「パラピン」は皮下で異物として留まり、何等の害をもせず、熔ける事も無いので有ります。之れは最も安全な確かな方法で、實に見違える程に美しく成るもので有ります。追々に進歩して注射器も種々都合のよいのが出來て居ます。

其二、鼻翼の一部分缺損せるものゝ療法

之れにも種々の方法が研究せられました、昔から行なはれて居つた。

造鼻術　は伊太利から始まつた方法で有りまして、額から皮膚の葉片を切り來つて、それを鼻に縫ひ附けるので有ります。併し之れは成效する事は甚だ困難で有ります、大體鼻翼は軟骨から成つて居るのに之を補ふ爲めに皮膚や皮下組織の如き軟部を附けるので有るから、附けた當分暫時の間は鼻の形にも成つて居るけれど、時が經つに從つて、漸次萎縮し來つて前にも劣らぬ醜形を殘す事と成ります。萎縮せぬ樣に額から骨の一片をも共に切り取る方法も有りますが、之れも十分の奏效は有りません。效が無いばかりで無く此方法の缺點は、額部に傷を殘す事で有ります。鼻が醜いからと云つて手術して、額に醜い傷を殘しては、差引あまり利益と云ふ事は出來ぬので有ります。之れよりも適當なる方法は

耳殼移植術　で有ります。鼻翼は軟骨の上に皮膚が附いて居るので有るから、之れと同じ構造の物を求むれば耳殼で有ります。耳殼も矢張內部に軟骨が有つて、形と云ひ全組織の厚さと云ひ、鼻翼に甚だよく似て居るから、之れを移植するのは適當で有ります。之を切り取るには、耳殼の緣の方から二回鋏を入れて、丁度楔形に切り來つて、それを鼻翼に縫ひ附けて鼻の形を作るので有ります。之れならば全く萎縮して仕舞ふ樣な患は無く、附けた時の形を存して、巧にやれば一見普通の鼻と見える程に出來るので有ります。又此方法ならば切り取られた方卽ち耳にも、大した迷惑では無い、何となれば丁度楔形に截り取つたので有るから、其切られた兩邊を縫て置けばよいので、斯くすれば耳の形は左程變らずに、

只少し小さく成るばかりであります。且又耳と云ふものは横の方に附いて居るものであるから、前から見る時も後から見る時にもあまり目に附くものでは有りません、少し耳が小さく成つた位は氣が附かずに濟むので有ります。

其三、**鼻梁が全部缺損せるものゝ療法**

之れにも種々の方法が有りますが矢張**耳殼移植術**が最も適當で有りませう。併し何分鼻が全く無くなつて居るので有りますから、此方法でもうまく行く事は甚だ困難で有ります。之れが都合よく行かぬとすると最早外には方法は無いでせうか男子ならば先づ鼻が無くとも已を得ずに濟まして行けるが、婦人の方で、殊に外出したり、集會に出たりする樣な時に、鼻の無い面を出して行く事は如何ばかり苦痛でせう、此時に最後の手段として今一つの方法が有る。

蠟細工の鼻を附ける事で有ります。

人形ぢやあるまいし、蠟細工の鼻を附けるなぞと、其樣な馬鹿らしい事が出來るものかと思はれる方もあるかも知れませぬが、之れ決して馬鹿氣た話でも何でも無いのであります。博覧會等に出品したのを御覧になつた方は知つて居らるゝ事で有りませうが日本に於ける蠟細工模型の術は、土肥醫學博士が獨逸に於て研究せられし秘法を傳へられて以來、非常の進歩を來しまして、種々の皮膚病の模型は實に、造つたものとは思はれぬ程に眞に近いものが出來て居るので有ります。種々の皮膚の色合等も蠟細工の表面に繪具で畫くのでは無くて、内部からほんのりと色を浮ばしめる樣に成つて居ますから、餘程自然に近い色を出す事が出來るので有ります。此樣な譯で鼻の模型も實に立派なのが出來て居ます、男女老幼に從つて、鼻の色も大小高低も、丁度適當のものを得る事が出來ます。偖て此鼻を如何云ふ風に附けるのかと云ふに、鼻の落ちて居る人は、丁度其部に三角の大きな穴と成つて居ますから、此穴の三方に此模型を引懸ける樣に成つて居ます。其爲に模型の

裏には、三方にばね仕掛の金具が有つて、之れで鼻の跡の穴に懸けて固定せしめるので有ります。蠟細工の事で有るから、しつくりと皮膚に附著して、少し體を動かした位で不便を感ずる樣な事は有りません。併し何を言つても天然の鼻の代りに人工の物を置いてあるのですから、白晝人の前に出るに、只之を懸けた儘では、近寄つて見れば矢張蠟細工だと云ふ事はわかります。そこで之を補ふには化粧法によらねばなりません。白粉其他の化粧料を用ゐて、蠟細工から皮膚の方へかけて、其移り行きの處を自然に見える樣にほんのりとぼかすので有ります。斯くすれば最早大抵は大丈夫で有ります。又蠟細工ならば懸け外しが自由で有りますから、外出の時其他必要の時だけは用ゐて、自宅に獨居して誰に遠慮も無い時には、外して常の儘で居る事が出來ます、只化粧か少し他人よりは面倒では有りますけれど、何分全く無いものを、人一倍美しいものが有る樣に見せるので有りますから、其位の面倒は見なければ成りません。

其四　酒渣鼻の療法

之れの療法としては第一に先**原因除去**をせねば成りません、卽ち血液鬱積の原因と成る種々の條件、秘結だの生殖器病だの、原因と成つて居ると思はるゝものを先に治療する必要が有ります。鼻の方の局所的の療法にしては、**硫黄劑**を用ゐる事が最も普通に行なはれて居ます併し之れは白粉をつける婦人には厳禁で有ります。何となれば白粉の中には何れも皆多少の鉛分を含んで居りますが、硫黄は鉛に合つてはたまりません、硫黄と鉛との間に作用が起つて、美しく仕やうと思つた鼻は此爲に薄黑い實に醜い鼻と成るので有ります。白粉を用ゐない婦人には硫黄劑は甚だ宜しい。其中にも多く用ゐられるのはクンメルフェルド氏液と云ふので、之れは白く濁つた液で有りますが、之を振盪して机上に置き、靜まつた所で其上澄は別にして、下に沈んだものを夜間筆につけて塗るので

有ります。之れは直に翌朝湯にて洗い落すので有るから、別段見苦しい事は有りません。其他又硫黄軟膏を局所に塗つて置くもよい。又硫黄に他の物を加へて作つたラッサール氏の泥剤と云ふのも效が有ります、之れは厚く延ばして鼻の上に貼つて置くので痛みが強い時には他の無刺戟の軟膏て交互に用ゆるもよい。其他輕症の時には、「イヒチオール」「チオノール」等を「アルコール」溶液として塗つて置くのも宜しいので有ります。又薬剤を用ゐずに簡単にして有效なる方法は、

い、い、亂刺法　で有ります、之れは小さな尖に刃の有る刀を用ゐて、鼻の上血管の腫脹して居る處を、極く淺く處きらはずに亂刺するので有ります。之れは餘り痛い事は無く、此爲に鬱積して居つた惡血が出て、奏效顯著で有ります。輕度の時には此法は隨分愛用せられて居ります。

其五、い、い、い、い、鼻息肉の療法

之には薬剤を塗布したり、亂刺した位ではあまり小さくは成りませぬから、其様な姑息な事はせずに、

い、い、切除術　を行なふので有ります。切除と云つても此位な事は簡単な事で有りまして、只息肉を取り去るばかりで有ります。

以上を以て鼻の醜形及其療法の大略は述べた積りで有ります、此外尚鼻の内部の病氣の爲めに惡い臭を發したり、汚ない液が出たりして美を損ねる様なのも有りますが、之れは少し問題が變つて來ますからそれは又他の機會の時に申す事としませう。

（未完）

如何なる食物が最も良きか

K、K、君

吾々の生活に食物といふものが、大問題である事は今更述べる必要はない、「吾々は食はねばならぬ」と云ふ言葉は、日毎に人々の口より開く處であります之れはその通りで食はなければ餓死をする恐がある

から、死ぬのが厭であるならば、是非共、如何にかして食はなければならないのは無論の事であります、それで食物問題が、吾人の生活問題の主要なものとなるのであります、生きるために食ふといふ事が眞理であれば、食ふために生きて働くといふ事も決して虚僞ではないと思はれる。

如何にして食物をうるかと云ふ問題は、茲で論ずる處ではない、私は身體といふものを本位にして、食物は、如何なるものか、又何れの食物が吾人の目的に一番よく適合するかを少しばかり述べたいと思ひます。

先づ話の順序として、

新陳代謝並に榮養とは何か

と云ふ事から申さねばなりません。

○○新陳代謝といふ作用は、隨分廣い意味を有して居ります、第一に、外から物質を取り込んで、身體の固有財産にする事を同化作用と申し、第二には、外から取り込んだ物質の一部分が、同化されずにそのまま身體の燃料になり、同時に、既に出來上つて居る身體組織の一部分が分解して、吾々の生活に必要な力を製造する、之を分解作用と云ふのであります、第三には、分解産物が體外に排泄される作用であつて、これらを悉くひきくるめて代謝機能と云ふのである、榮養といふのは、生活のために要する養分を送り、一部は體成分が分解するのを補ひ、尚一部分は、その餘分を以て、更に新なる身體の一部分を築き上げ因て以て成長をとげる作用であつて、つまり榮養は代謝作用中の一部に屬するものであります。

榮養の目的を遂するには、榮養素といふものが必要である、幾ら多量に物を食しても、榮養素の缺乏したものならば、榮養のためには何の利益もないのであります、吾人が生活して居る限り、身體内部には分解作用が持續的に行はれ、食物に因て之を補充しなければ、身體成分は、何處迄も燃燒し盡して、終には餓死の状態に行き著かねばならない、この時にこれら體成分の損失を補ふ物質を、榮養素といふの

であります。

食料(或は食品)といふのは、種々なる食素から成立してゐる物品を指すのである、米、麥、鷄卵、肉類牛乳等は卽ちこれであつて、其品々によつて榮養素の配合は一樣ではない。

食物は、食料とは多少意味が違ふ、卽ち食料に一定の調理を施したものであります、換言すれば、食料に或種の嗜好品の加味されたものである、嗜好品といふものには、元來身體成分を補缺する力はないのであるけれども、食物に一種愉快なる味と香とを與へるもので、甚だ大切なるものである、多數の食料の中には、嗜好品(或は調味品)が自然に含まれて居るのであります、うまい、まづいの感覺は、甚だしく消化作用に影響するもので、うまいと思つて食べたものは、少々消化のわるいもので、又多少分量が過ぎたとしても、如何やら障碍もなく、消化されるのであります、米などは、煮さへすれば、うまく食べられる樣に出來てゐる食料であります、牛肉なども、それだけで充分の美味を有して居る食料であります、卽ち何れも適當な嗜好品を含有してゐる、若しこれを精製して、榮養素の主腦たる蛋白質ばかりにして仕舞へば、味も何にもなくなつて、犬も厭うて之を食はない樣になり、結局かゝるものを以てしては、榮養の目的は遂げられないのであります。

尙他の食料中に含有せられたものでなくて、單獨に嗜好品として存在するものには、茶、珈琲、酒類等の如きものがあります。

牛乳は、充分配合の宜しきを得た食料であつて、同時に立派な食物であります。

榮養素とは何か、

これは、も少し委しくお話しないと都合がわるい、吾々はまづ榮養素を二大別して、無機性竝に有機性榮養素といたします、無機有機といふ事は、化學上では、大分議論のある處ですけれども、極くザット申せば、前者は、別に生物の力によらずして生ずる天然の物質例へば水、食鹽等の如きもの、後者は、

主として生物の生活作用に因てのみ生ずる物質を云ふのであります、そこで、此兩種の榮養素の中、何れが身體又主要なものかと考へるのに、どうも、無機性のものが、最主要であると申す事は出來ないのであります、吾々の身體の中で一番大部分を占めて居るものが、最も重要だとすれば、水は身體中の百分の六十即ち六十%を占めてゐるから一番大切だと云はなければならない、けれども、水は單にその損失を補ふに止るばかりで、吾々の活力の泉源とはならないのであります、それであるから、吾々の食料中で水が一番大切なものだとは、どうしても申す事は出來ません、榮養素と云ふからには、身體中にあつてその成分となるのみならず、その物質が體內で分解する際に、筋肉を動かすなり、或は體溫を製造するなり、兎に角一種の活力に變化しうるものでなければならぬのであります、此點へ行くと、有機性榮養素は多量の活力を蓄へて居つて、同時に又、體成分の損失を補充する效の著明なものであります。

體成分の上から見れば、蛋白質が最も重要なものである事は論はないのであります、神經系統でも、筋肉でも、皮膚でも、內臟器管でも或は又血液でも其組織は皆蛋白質より成つて居て、組織の間隙には、あちらこちら脂肪が貯藏されて居る、これは丁度、倉庫に石炭を積んで置く樣なもので、いざといふ時の燃料の仕度であります、例へば病氣等のために、食物が食べられなくなるとまづ第一にこの燃料が用ひられるので、脂肪は體成分の第二位に立つものであります。

含水炭素は、榮養素の方からいへば第一位に立つて居ります、吾々日常の食物でも、肉や脂肪に比して米を食する量が最も多い、けれども、嚴格な意味で申しますと、含水炭素は眞の體成分となるものではなく、大部分は、其儘日常必要な活力の製造に使はれるのであつて、只だ僅少な一部分が、グリコゲンといふ一種の砂糖になつて、肝臟中に貯藏されるに

過ぎないのであります。さうして見れば、酸素の如きも、肺より入りて、血液に移り、組織に達して直接燃燒に參與し、體溫を製造するものであるから、矢張り一種の榮養素と見る事が出來る。

右に述べた樣な見地から、榮養素を別けて左の三通りにいたします。

一、體成分となり、又燃料となりて活力を生ずるもの、例へば蛋白質、脂肪

二、體成分としては重要ならざれども、活力の泉源として重要なるもの、例へば含水炭素、酸素其他

三、身體の主要成分にもあらず、又活力の製造にも與らざるもの、例へば水、鹽類等

榮養素の最主要なるものは、蛋白質、脂肪、及び含水炭素(澱粉)の三者である事は、右に因て明かである。

これらの物質が、種々なる配合をなして出來て居る食料には、實に夥しい種類がある、その中蛋白質、脂肪を主成分にしてゐるものは乳汁、鷄卵、肉類を第一位に推し、澱粉を主成分にしてゐる植物性食料には米、麥其他種々なものがある、併しその一々の事は茲には言はない事に致します、次には

如何なる食物が最も良きか

といふ事についてお話いたしませう、併しこれをお話するには、個々の榮養素と代謝作用の關係の事から申さなければ、云ふ事に何の手がゝりも無くなるのであるから、簡單な結論に到着するまでに、多少面倒な行道もある事と思ふ。

個々の榮養素と代謝作用との關係は、重要な問題である、之を研究するには、一方に絶えず身體の目方を計る事、他の一方には與へらるゝ食素の量と質とを精密に檢査し、尚他方からは排出される分解産物を集めて、これも、精密に調査する事が必要である、與へた分量が幾何で、吸收されずに大便と共に出て來る分量が幾何で、又小便中に出る分解物が幾何と

いふ事が分れば、吸收されて體成分となつたのは幾何といふ事が分る譯であります。

體成分損失に就ては、常時的のものと不時的のものとある、體溫、汗、尿等は常時的に身體成分の消費されるものであつて、月經などは寧ろ不時性に來るものであります、損失の中で主要なものは、規則的にコンスタントに起るもので、炭酸瓦斯の肺より排泄せらるゝが如き、或は含窒素物卽ち蛋白質分解產物が尿よりせらるゝが如き、或は又水分の皮膚、尿、肺、糞便より捨てらるゝ如きものはそれである。

（未完）

避暑のために

H、K君

【一】人が身體と精神とに時々休養を與へる事の必要なるは改めて申す迄もありませぬ、身心を使ふばかりで是が休養を怠りますと遂には色々の病氣を惹き起しますのみならず、のべつに體を使ひますと神經の働きが鈍つて仕舞つて徒らに氣が忙はしくあせるばかりで爲る事は却て捗取りませぬ、却て充分休養して新らしい元氣を以て事に臨む方が爲る事が早く捗取ります、一日の中では夜は安靜な眠りが身體の最も良き休養時であると同樣に、私は亦一年の中で最も良き休養期は此夏にあると考へるのです、それは氣候の關係が丁度身體の休養を最も必要とする時季である許でなく、官署や學校なども休暇となり社會の關係が極好都合になつて居るのですから平生はどんなに御用の多い方でも、一年に一度夏だけ位は是非何處か所を換へて新らしい野趣饒き生活を御試みなさる樣御勸め致します、避暑と云つては語弊がありますが、此好時機を利用して居を換へ生活法を換へて心身の一年中の休養を圖るのです、單に衛生など云ふやかましい立場を離れて考へて見ても、塵や煙の深い都會から出掛けて久振で海や山へ行きますと、深綠色の森や紺青色の海面など誠にくぎり

と鮮かに蘇る様な心地が致します、次に避暑に就ての二三の注意を書て見ませう。

〔二〕避暑には海がよきか山がよきかとは能々ある問題です、地理上の關係も有りませうが我國では以前は避暑とさへ言へば海に限つた樣に持て囃され、實際亦海の方の研究が山に比べて深く積れて居ます併し獨逸あたりでは寧ろ木立の深い山の方へ參るのが多く中には樅や樺の深い森に天幕をかけてそれで夏中を過す人達もある位です、恁う云ふ風ですから海と山との優劣を附けると云ふ事は誠に難しうこざいますが何れにしても避暑地として撰ぶには、土地が清潔で閑雅なる事、空氣が純潔で濕度が適當である事、溫度が中等で寒暑の換り方が急激ならぬ事、飮料水の清淨なる事、食物の新しいのが得らるゝ事都合此五箇條は必ず揃つて居る處でなくてはなりませぬ、此外に海なれば海水浴、山なれば溫泉などゝ特長もありませう、併し一概に山とか海とか云つても土地には亦それ相應の特點もありますから御出掛なさる前には特に病人などでは一應醫者に諮つて果して其地が體質に適當して居るか如何乎と云ふ事を充分御調べになる必要があります。

〔三〕一樣に山と云つた處で高さや何かの關係もありますが先づ千二三百メートルから七八百メートル位の間を最も適當としてあります、其上に成るべく木立深く、南が開けて日當りがよく風や濕氣の少い處がよいとしてあります、此樣な所では血液の循環が良くなり新陳代謝が盛んになり從つて精神も爽になる發揚狀態と云つて頗る活潑となるのです、我國でも外國でも有名な宗教家や哲學者が山に籠て異常な健康を保ちながら大哲理を發見した人が多いのを見ても、高地の氣候が如何程人の身體を强壯にし頭腦を明亮にするかと云ふ事が分ります、併し千二三百メートル以上に成りますと身體の鍛錬にはよいかも知れませんが其所に長く止まると云ふ事は休養の目的には適ひませぬ、何故かと云ふと山を登るに從て空氣が稀薄となり酸素の分量が減り、從つて

一定量の酸素を空氣中から吸取るには之までとは餘計な空氣を肺に入れねばならず、それには勢ひ肺に空氣を吸入れる度數を多くしなければならぬ、且之と同時に亦其酸素を吸上げる血液をばせはしく肺に送らねばならぬ故從つて脈搏も早くなります、かゝる狀態は山の空氣に慣れぬ人には息がはずみ脈が早くなり遂には眩暈を起し所謂山醉と云ふ狀態になります、況して心臟が惡いとか動脈に硬化症と云ふ病氣のある人などには斯る變化は極めて危險です、其他咽喉カタールの人なども空氣の濕度の關係で千メートル以上に登るのはあまりよくありませぬ、それでは始終高地に棲で居る者は如何かと申しますと、是れは嘗てヴイオール博士が南アメリカのアンデス山で研究されたのですが、其土地の住民は誰も彼も血液の中の赤血球が普通の人のよりも著しく多かつた相です、素と血液の中には紅白二種の血球がありまして其內赤い方の血球が肺に這入て來る空氣の中の酸素を吸取るのです、山上の空氣に酸素の少い事は以前に申した通りですが其少い酸素を多く集めるには如何しても脈を早くして肺で空氣に觸れる血液の分量を多くし同時に又之を吸取る赤血球の數を殖やす必要があります、要するに餘り高い所では如斯血液の循環に一時無理ができますから心臟の弱い方は勿論左程でない方でも餘り高い處に滯在するのは却て身體の休養にはならぬのです。

土地の高燥と云ふ事は山に附帶した特質ですが其空氣の純淸と云ふ點では森林に因て補はるゝ場合が少くありませぬ、都會を離れた山間の空氣の純淸なる事は改めて述べる必要もありませぬが、森林の空氣の更に之に及ぼす影響の有效なのは炭酸が少く酸素が多い外に、衞生上最も有效とせらるゝオゾーンを含む事とバルサム性エーテル性の芳香を送り出す事です、其中でもオゾーンは森の立木の頂き又は森の端の方の空氣に多い相です、オゾーンは化學的には強い酸化力を持て居るあらゆる黴菌を殺す働きがあります、近頃では空氣中のオゾーンは衞生上左程

有效でないと云ふ様な説もありますがそれでも其作用は多少は人體に取つて利益がある物に相違ないと思はれます、勿論オゾーン許りの働きに歸する譯ではありませぬが、獨逸あたりでは大な深林のある地方には傳染病が少く然るに北森林を開拓した後では他の地方に劣らぬ程に傳染病の大流行があつたと云ふ様な例もあります、之を見ても森林の空氣が衛生上如何許り有效に働くかと云ふ事が分ります、其他森の中を奥深く分けて這入りますと一種固有な森の匂ひなるものがあります、海に於ける潮の匂ひと並び立ちて憶ひ起すだに床しさの限なき心地が致します是は森の中の様々の樹木や草花のバルザム性揮發分の混合から出來るもので是が隱約の間に神經の上に働て興奮狀態を助ける事も亦侮り難き影響があるものです、其他又森は高地の氣溫の調和を圖る點に於て大なる働きを營みます、山の空氣は海の空氣とは違ひ乾燥して居て冷いので、日中は肌に甚だ快く覺えますが晩景から夜へかけては其の冷却の度も著しい、之が森深き地方ですと其急激な變化を和げる力があります、我國では山で夏を過すのによいのは矢張函根、日光、伊香保、筑波、輕井澤あたりでありませう。

山にせよ海にせよ轉地の利目の大部は新鮮な空氣を呼吸する事にあるのですから盛に戸外の運動をなさらなければなりませぬ、朝は可及的早く起きて冷水摩擦を行ひ、緩り牛乳でも飲んで三十分も其處らあたりを散歩し、歸てから又二十分も休んでそれから朝飯に取かゝる様にすれば最もよろしい、別ても此清い朝の空氣を最も有效に利用するのは所謂深呼吸を行ふのです、其仕方は先づ體を悠然と直立せしめ追々と胸を張出しながら口は閉ぢて鼻の孔から出來る丈深山の空氣を吸ひ込み、一度吸ふた空氣は再び徐々に鼻から外に吹き出すのです、斯る呼吸を十回程も行ひそれから五分位間をおいて又十回許も行ふのです、こんなにする時は新しい空氣は肺の隅々、中にも平生から空氣の通ひの惡い爲め動もする

と結核の侵す處となり易い肺尖までも隈なく行き渡つて肺の使用せられざる細胞を膨らまし、且つ鬱積して居た古い瓦斯を追出し、其結果として呼吸器を强壯にし血行を盛にする事は誠に著しいものであります。芳烈なる森の香の漂ふ山の端に起て、泉の水の樣に純淸な空氣を胸一ぱい吸込むのは誠に心持よいもので、私共は其淸い空氣と一所に純潔、剛健などのあらゆる尊き賜物を吸込み、それが一吸ひ毎に體の内に充滿して行く樣に思はるゝのです。

〔四〕我國では夏は山よりも海に行く方の多いのは一つは海には海水浴が出來るからでありませう、此點に於ては海は山よりも一つ特色が多い譯です、併し其外の衞生的關係は何れが優り劣りがあるとも申されもせぬが只多少其趣を異にして居る所はあります、海岸の空氣も山と同じ樣に都會から較れば塵や炭酸が少く酸素の多いのは勿論で、特に紺青いろの海つらを撫でゝ沖からそよそよと吹く風の中にはオゾーンを含む多量が多く丁度高地に於ける森林の空氣と同じ關係です、又海岸の空氣は山の空氣の乾燥してるのに比して甚だ水分に富み、それ故に涼しいと云ふ點では或は山の方がよいかも知れぬがその代り海では晝夜氣溫の替り樣が緩やかです、海の空氣は濕度が大きい故に溫度が急に昇らず、又水蒸氣が出來ると同時に空氣中の溫を奪ふのと、霧や雲を起す事が數々あつて日光を遮るので炎暑を和げる、又晝間土地から放つ溫を貯へて居て夜もひどく底冷へのする樣な事はありませぬ、其外に今一つ海岸の特色を云ふのは光線の反射の強い事です、海面は日光の光線の中で黃色線を反射するのが甚しく又靑、紫などの光線も盛んに反射します、其中でも靑と紫との光線は皮膚に對する固有の働きを持て居て夫を強く刺戟し其作用を盛にし且つ鍛錬の目的にも適すると云ふ事です、高地の生理狀態は前に山の處で一言致した樣に、土地の高燥と空氣の寒冷との爲に所謂發揚狀態を呈しますが、海岸の空氣は之に反して濕氣が多く軟かで且つ氣壓の高い關係などで高

地とは反對に神經を鎭める傾きがあり所謂鎭經狀態と云ふにあるのです、此點に於て山と海との間に大な相違があるのです、猶山の處で申しました咽喉カタール同樣に海の方でも、餘り濕つた空氣を忌む樣々の疾病、分けても皮膚病などの中には海岸の轉地が相應しない樣なものも澤山ありますから夫等も御出掛なさる前に一應醫者に御相談なさる必要があります。

次に海水浴の事ですが是は先づ第一に其位置を撰ばねばなりませぬ、川が海に注入する處抔は流れ工合が危險である許でなく川上から流來る色々の汚物がありますから斯る處は嚴に避けねばならぬ、附近に川などもなく波も穩かで底は淸い小砂利である處が最もよろしい、潮浴の時間は午前なれば十時、午後なれば三時ごろが適當です、最も丈夫な方であれば朝早く這入るのも惡くはありませぬが其の時には豫め一杯の熱い牛乳を飲むか或はビスケットを少許たべてから這入るのがよろしい、又海に入る囘數も午前と午後とに一囘宛位が適當ですがそれも其人の體質或は便通の工合でよく注意して加減をしなければなりませぬ、海の中に入る時間は十分乃至十五分位を限りとします、而して其間には水泳より體操なり規律正しき適度の運動を行ふのは最も有效の事であります、又餘り冷水に慣れぬ人か弱い人は先づ濡れた「たおーる」か何かで一應體を冷してそれから追々に全身を漬ける樣にする方がよろしい、左樣しないと身體の表面が不意に冷されて血管が一時に收縮し血壓が急に高くなつて心臟のためによろしくありませぬ、次に海水浴から上つた時には先づ潮水を拭取りあとを今一度淡水で洗ひ最後によく乾いたたおーるで摩擦し乾燥するのです。

海水浴は耳に害があると云ふ說と效があると云ふ說と兩方ありますが何れにしても耳の孔に水が殘つてると云ふ事は有害に相違ありませぬから海にはいる前に耳は脫脂綿か何かで緩く栓をして置きあとでは夫を拔取て小指の頭にガーゼか何かを被せて充分其

濕氣を拭き取る方がよろしい、併し耳に病氣のある方、中にも鼓膜に故障があつて破れ易くなつてる人とか、耳の病氣の爲に絶へず耳鳴のして居る方などは斷じて水泳を行つてはいけませぬ。
眼も亦あとは淡水でよく洗ひ、少しでも霞む樣な心持がしたらすぐに三%の硼酸水にて洗ふのです、併し其際目をこするのに鼻の方へはいくら擦ても關ひませぬが顳顬の方へは決して擦てはなりませぬ、又海岸は黄色の砂山も紺青色の海面も光の反射が強く眼を刺戟する事の夥しい上に、何方を向ても展望が擴いので眼の疲れる事は一層甚しくありますから、日盛りの時でも成るべく物の陰に居る樣に又時時文字の細い新聞でも讀む樣にして充分眼の休養と調節と云ふ事に心掛ねばなりませぬ。
御婦人の髪も海水浴の後で洗ひ方が粗末ですと褐色を含む樣になります、ですから幾度も水を取換ては充分鹽氣を洗ひ落し、あとは微温湯に浸した手拭で拭い次に輕く梳て風通しをよくして乾かすのです、併しその時乾き樣が餘りひどくザハザハする樣にしたら少許の扁桃油を頭の皮膚になすりこむ樣にすればよろしい。
素と此海水浴の利目あるのは別にその中に含まれて居る食鹽が働く譯でもなく、只清い空氣を吸ふことと冷い水の動搖に基く器械的刺戟が有效に働くのですから、此海水浴から得たよい習慣を秋までも冬までも續けて毎朝たとひ上の半身丈でも冷水で摩擦せらるゝ樣御勸め致します、是は單に皮膚の抵抗を強くする許でなく、全身を強壯にし頭腦を明晰する上にも誠に著しい效力のあるものです、併し心臓のお弱い方だけは前にも申した樣に冷水浴は頗る危險ですからこれはお勸めする譯には參りませぬ。
〔五〕どうも食が進まなくて困ると云ふ事は夏はよく何方からも承はる事です、是は生理上から考へてもそうあるべき事です、冬は氣候が寒く從て體の温熱を失ふ分量も多いので、體温の材料となる食物も澤山に喫べねばならずそれで食慾も盛んになる譯で

す、夏は丁度之れと反對に體溫を失ふ事が少いので從て食物の需要が少なく且つ暑さの爲め體の各部の運動が不活潑となるので消化がわるく食が進まず脂肪膩い物よりも淡泊した物を好く樣になるのです食事の時間などは平生とは違つて別に取立てゝ申す程の事もありませぬが、是迄の經驗によりますと避暑先などでは動ともすると時間などが不規律に流るる恐れがありますが是れは矢張嚴しく御守りなさらんければなりませぬ、其他體の疲れた時には消化力も弱て居ますから水浴から歸つて直に御飯を喫べると云ふ樣な事はいけませぬ、睡眠中も消化が遲く食物が醱酵し易い物ですからたとへば晝寢をするにしても食後少くとも三十分乃至一時間經てからにする必要があります、同樣に食後直ちに激しい運動を行ふのもよろしくない、又暑い時分は喉が渇くのでとかく飯に湯茶をかけて搔き込みたくなりますが之も嚴しく注意しなければなりませぬ、それでなくてさへ消化の惡い時節なのですから此上消化を妨げる樣な事は如何なる事でも嚴しく注意して避ける樣にしなければなりませぬ、岐阜提灯でも吊した椽側に食卓を持出して、松原からさしこむ涼しい月の下で、砂山の彼方で呟く濤の音でも聞きながら一家打解けて話でもし乍ら喫べる御飯が最もよく消化されるのです。

食物は何分物の腐敗しやすい時節ですから充分新しくて且つ消化の良い物を撰ばねばなりませぬ、海岸には新しい魚を得られますが山の方では特に此點の注意が必要です、料理法も前にも述べた樣に成るべく淡泊した方が適當と思ひます、淡泊と云ふ事で思附きましたが、是は穴勝夏に限つた譯でもありませぬが大根おろしなどは夏に於て最も利用すべきものかと考へます、之は有名な夏目さんの猫の中にも書かれて苦沙味先生が滋養分があるからと云ふので大根おろしを赤坊に嘗めさせ、奥樣から叱かられると云ふ樣な滑稽もありますが、實際大根おろしは大に消化を助ける働きがあるのです、夫は大根及其搾汁

の中には澤山に「チアスターゼ」と云ふものを含んで居るからです、之は私共の唾液と同様に澱粉質をよく消化する性質を備へて居るものです、併し八十度以上に温めた大根の中では此チアスターゼも其の固有の働きを失ふ相です、ですから最も效力のあるのはおろしにした時ですが其時でも餘り固く榨つて折角の榨汁を棄てる様な事のない様注意が要ります此等は誠に手輕いお粗末な物ではありますが夏の食物としては誠に結構な物かと考へます。

之も夏に限つた譯でもありませんが菓物や瓜類なども一番澤山に喫べるのは此頃だらうと思ひます、夏の菓物は水蜜桃、夏橙、梨、葡萄、杏、李、苺などが重な物です、總て汁氣が多くそれも甘味と酸味との配合がよく又滓の少い程よろしい、かゝる菓物の主なる性分は有機の酸をアルカリ鹽類と、それに芳烈な揮發性エーテル油と糖分とを含んで居る、それ故に滋養品としては餘り價値が有りませぬが他の食物の消化を助ける働きは誠に著しいものです、而して其特性は重に酸の含有に基くのであります、酸は食物を消化するには極めて必要なもので、平生胃の中でも其少許りは分泌して居るのですが、それが何かの故障で少くなるか或は全く缺乏しますと忽ち消化が惡くなり胃腸の病氣となります、そして恁云ふ時には藥に酸を調合して外から其酸の不足を補ひ消化の働きを助ける事に成つて居ます、總て酸は胃の中で食物を消化する醱酵素と云ふ物の働きを活潑にする許りでなく、傍ら又膵臓の腺を興奮させてそれから分泌する膵液と云ふ物の分量を澤山にする、素と此膵液なるものは蛋白質を消化する外に直接に澱粉質を消化する働きをも備へ居ますが、酸は直接澱粉を消化す力は持ちませぬ、併し其膵液なる物が酸の刺戟のため澤山に分泌せらるゝものとしますと酸は直接ではありませぬが間接には澱粉の消化をも良くする譯です、其許りでなく若し人が胃病に罹つて胃の働きが充分でない時には腸の中で膵液が胃液の代りを勤める位ですから澱粉食と一緒に酸を含む

菓物を喫べるのは其不消化な殘り迄が腸の中で充分に消化せられる理です、又菓物自身の消化の程度は水蜜桃が一番よく消化れ之に次では葡萄、夏橙、梨苺、杏、李などの順です、瓜も亦夏季の物ですが西瓜、胡瓜、南瓜、甜瓜などが重なるものです瓜類は一般に餘り消化の良くない物ですから多量に食べ過ぎてはいけませぬ、其中でも西瓜と胡瓜とは少量なれば割合に消化し易いが南瓜は夫より稍消化され難く甜瓜に至ては最もこなれ難いのです、併し何れも充分軟かに煮たのは何方か消化し易い樣になります又一寸不思議な樣ですが胡瓜などの淺漬にしたのは少量なれば案外消化が早く且つ他の食物の消化をも助けます。

夏の飲料の中で重なのは氷水、ラムネ其他の含炭酸水、蜜柑、檸檬、苺などの菓物水です、其中氷水などの樣な餘り冷い飲料は慣れぬ人は勿論其他の方でも成るべく飲まぬ方がよろしい、總で餘り冷い飲料は第一歯の養生に害がある許りでなく、唾液と胃液の分泌を妨げて著しく消化の害となります、胃液は十度で冷されても既に其分泌が惡くなり零度に至ては全く其分泌が止む相です、ですから氷水の特に種物など這入て居るのは一方では胃液の分泌を抑へ消化の力を弱くして置きながら同時に不消化物を胃の中に送り込むこと故之程有害な事はありませぬ、ラムネ其他の含炭酸水は胃の丈夫な方には胃腸の運動を盛んにし消化をよくし又便通を正しくする利目などありますが、平生から胃に酸の多過ぎた方や、胃アトニーと申して胃の筋肉の弱く成てる方、心臟病の方、乃至は下痢の傾きのある時などには決して飲ではなりませぬ、何故かと申しますと飲料の中の炭酸瓦斯が胃の中で遊離しては若し胃アトニーなどの場合では只でさへ擴がつて居る胃を益々膨らまし夫と同時に横膈膜を上に押しあげ從て脈が早くなりなどして心臟の爲にもよくないのです、其他各種の菓物水なども新鮮なのなれば別に害にも成りませぬが避暑地の茶店などに賣て居る樣なのには隨分如何

がはしいのが多い樣です、瓶を振て見て濁て居るのや澱の在るのは決して飲んではなりませぬ、總て冷い物を飲度なるのは一つは習慣ですから成るべく飲まぬ樣な癖にするのがよろしい、若し如何しても冷たい物が飲みたければ一度煮て冷した麥湯か何かが最もよろしい、素と咽喉が渇くと云ふ感じは口中、咽喉、舌根、口蓋あたりの粘膜か乾くから起るのですから嗽ひをして此部の粘膜を濡らす丈でもよい譯です。

【六】夏のお化粧は淡泊したのが第一です、程よいお化粧は一方では汗を押へ亦日にやけることをも防ぎます、併し汗の出るのは生理上止むを得ぬ事ですから之を無理に止めるのは却て身體の爲になりませぬ、只汗の中には鹽分や尿酸や其外樣々の物がありますから、夫れが乾きますと皮膚を汚しますから成るべく度々洗ひ落すか丁嚀に拭去る必要があります又俗に日にやけると云ふのは日光の中の紫外線が皮膚に働ては皮下に色素の沈著を起すからです、夫れ故に紫外線の此作用を防げば日にやけぬ理ですがそれには複硫酸キニーネ一瓦とリスリン軟膏二十瓦とを混じた物を、外出する時に薄く塗り歸つたらすぐに洗ひ落す樣にすればよろしい、其他レモンの汁とリスリン半分宛混せて、此汁を手巾に浸して顏の汗を拭くのも利目があります、又髮に就ての注意は前に海水浴の條下で一寸申し添へて置きましたから此處には省きます。

通俗 花柳病談（續き）

東京醫科大學皮膚科　笹岡芳名君

第一編　黴毒

第一章　定義及原因

本病はスピロヘーテ、パルリダに由りて起る所の慢性觸接性の傳染病であつて、初めは局處に後には全身に及ぼす、且つ其病毒を子孫に遺傳し得べきものなり、と謂ふべきでありまして病原菌の本體も明か

であります今日、腸窒扶斯、麻疹、疱瘡、虎列刺、赤痢、實扶的里亞、麻拉里亞、百斯篤などの一時性の流行病とは違つて一度感染しますといかに早く癒そうとあせつても半年や一年の短かい期間には治癒することの出來ないものであります、しかし又一つ喜ぶべきことは本病は必ず完全なる治療によつて一定の時期を經ますと全治するものであります。

第二章　黴毒の傳播

異性の交接に由つて先づ陰部に潰瘍を生ずるのが最も多いので指頭を以つて之に觸るゝと硬固なる浸潤がある所から之を硬性下疳と謂ふのであります、とりもなをさず此所が細菌の侵入門戸で所謂黴毒の原發症であります、一度此病原菌が人間の體中に入りますと、一定の潜伏期を經ますと淋巴管に入り血行に入り遂には全身に其細菌を運んで血液を毒害するのであります、抑も淋巴管といふのは調度滊車の線路の様なもので一定の間隔を以つて幾つもの停車場を有して居るのであります、此幾つもの停車場には體外から來た毒物は必ず一度停留するので結核菌が齲齒や頭部の小創より入つて頸部に瘰癧を生じ、又は百斯篤の檢疫に股關節部の淋巴腺を指壓して見るのも同樣の理由からであります、此傳染する機會はいろ／＼であつて決して一樣の方法ばかりではありませぬ。則ち

一、直達傳染　病毒の有る患者から他の健康な人に直接に傳染せしめるのをいふので、兼ねて述べましたごとく夫が病婦より感染して來て人しれず之を無垢の妻に感染せしむるようなのが、即ちそれであります。

二、介達傳染　或物體を介して傳染するのであります。

三、胎盤性傳染　母體内に在る胎兒は胎盤より（分娩の際俗に後產といふもの）血行を受けて居るのでありますが此血行よりして病毒を傳ふるのである、今一應言ひ換ふれば母體が妊娠となつて後に病毒を受けて之を子宮内の胎兒に傳染せしめるのでありま

す、それ故に又子宮内傳染とも謂ふのであります。

四、精蟲傳染　とは受胎の際に父より病毒を精蟲に含めながら發育するのであります。

五、卵細胞性傳染　之は前者とは反對に父は健全でありますが母が卵細胞に病毒を存して受胎するのをいふのであります。

六、卵細胞性精蟲性傳染　父母共に病毒に罹れる時に妊娠して胎兒に其病毒を遺傳するのでありまして就中重症の遺傳性傳染を受くるといふのであります、それ故に多くは月に滿たずして流產するのが普通であつて、たとへ漸く分娩して生るゝも多くは夭死するのであります。

以上の如く六つの種類に區別することが出來ます、此中一と二、卽ち直達傳染と介達傳染とは生れてから後初めて或る機會によりて人から人に受くるものなるが故に後天黴毒と申しますし、他の四つの種類は既に母體内に於て病毒を受くる故に之を先天黴毒又は遺傳黴毒と名くるのであります。

後天黴毒の傳染の方法は大別すると二つであることは今述べた通りでありますが此中最も必要なのは直達傳染であります。

一、男女の交接に由つて陰部に小創を生じ有毒の一方よりして感染するのであります、身體の中で生殖器の皮膚は甚だ菲薄で且つ柔軟である故に、交接の際は僅かの刺戟に由つて創の出來易く隨て病毒も感染し易いのであります、しかし一方に病毒があつても皮膚の抗抵が強かつたならば創も出來ず又感染するといふこともないのであります。

二、口より感染す、特に西洋に多いと申すことでありますが西洋では接吻は一つの禮義となつて居る惡い習慣が有る故で有ります、總て東洋の禮義は情を抑制し西洋のは情を表顯するので例へて申しますと低頭平身は東洋の禮義で、握手接吻は彼の禮義であります、其他母が愛兒を接吻するによつても起りますし、又病毒のある乳母より子供の口を吸ふことにより感染せしむることもまゝ有るのであります。

三、醫者が指頭で患者の局處を診察するより時としては直達に病毒を受くることもあります。

四、産婆も右の様な原因で感染することがあります。介達傳染もなか〱多いのであります。

一、器物の媒介によりて傳染します、とりわけ醫者の不注意よりして病毒ある患者に使用した器械を十分消毒せずして他の健全なる者に用ひる場合に時とすると感染せしむる恐れがあります。

二、種痘針に由つても注意しないと感染の媒介となることがあります。

三、玩具笛其他の玩弄品を製造するものが黴毒に罹つて居れば無邪氣な小兒の纎弱なる皮膚粘膜等より病毒を受け易いのであります。

四、煙管吸附煙草は古來我國では通人の行つた風習であります、今も一部分の人には流行してゐる樣でありますが、もし一方に病毒を有つてゐますと感染することがあります。

初めにも申して置きましたように黴毒の感染は多くは陰部から來ることが多いのでありますが、介達的に來る場合は以上に列擧したように口唇、舌尖、指頭等より來りますので本人には一向氣附かぬ場合も多いのであります、或時は醫者が診察して黴毒であるといふことを聞かせても、頑固にそういふことはないと答ふる者がありますが、かゝる人は多くは右の機會から來たものであります。誠にお互に注意せなければならないことゝ思ひます。

又或人は黴毒に感せず或人は感ずるといふことも多いのであります、一例を申せば有毒の婦人に接しても甲は強く、乙は弱く、丙は全く感せぬといふのも見受けるのであります、之は個人の感受性と申す素質に因るのであります、そうして一度病毒に罹つた者が治療により全治しますと再感することが少ない様であつて、例へ感染するも輕き經過を取る様で有ります。

男女を比較しますと男は女よりも重症の黴毒に罹ることが多く、又人種によりても差のあるもので異人

種のものは同人種のものよりも重症の經過を取るものであります。

活ける家（續き）

醫學士　渡邊房吉君

（十六）活ける家の窓

佛京巴里の『ノートルダム』寺院と云へば、數百年の間既に雨風に立ち老いたと云ふ世界に名高い古刹であつて、殊に著名なのは窓がタッタ一つしか無いと云ふことで、此窓を『薔薇の窓』と云ひ、價の貴い燦爛たる色硝子を取り交せて張り詰めたものである。一度び彼地へ遊んだものは必ず此寺に參詣するのを例とする。然るに同じ巴里の都に殆ど全部窓からばかり出來てゐる『セント、チヤペル』と云ふ殿堂があつて、衆人の共に其美に驚嘆する所である。が、之を我が活ける家の窓に比しては、實に一文半錢の價だも無いものと云つてもよい。

活ける家の窓とは左右二つの眼であつて、我々は之に由つて世界の森羅萬象を目撃する事の出來るのである。

蠅の眼も二つであるが、其眼の硝子は左右各四千枚、總計八千枚の硝子から出來て居るから、前後左右何れの方面をも見得るもので、如何に巧みに之を捕へやうとしても『パッ』と逃げられて仕舞ふのは此爲めであります。

蜂の眼は蠅よりも多く其額の眞中に三倍力の一つの大きな眼があり、其左右には六千乃至七千づゝの眼を持つてゐる。或種の蟻は二千四百個、蝴蝶は三萬五千六百個、蜻蛉は殆ど二萬五千個の眼を持つてゐる。然るに人の眼は二つである。而かも此二つの眼も色澤と云ひ、形狀と云ひ左右等しからぬ場合が多い。同じ兄弟姉妹でも同じ父母親戚でも眼は悉く違ふもので、殊に人種が異れば眼の相違も亦著しい。

眼の上には眉毛と云ふ庇があつて汗水や塵埃が眼の中へ流れ込んだり、飛び込んだりしないやうにする、故にその毛並は一方に靡いて居り、眉毛の全體は一直線では無く必ず一方に傾いてゐる、と云つて餘りに内側に傾き過ぎれば眉尻が上り顔に劍が付いて恐ろしく、反對に外側に傾いて眉尻が下がれば愛嬌は付いてくるが何處と無く滑稽に見へる、棒を竝べたやうに太い眉毛が一直線では品が無い。要するに眉毛は單に實用的であるばかりで無く、同時に美術的に顔面を装飾して其美を引き立てる要具である。然るに古來我れと自ら眉毛を落して仕舞ふ者のあるのは、誠に非衞生的非美術的の甚しきものである。

眼の前には眼瞼と云ふ窓掛があつて上下から閉まるやうになつてゐる。カーテンは裏表二枚の皮から出來て居る、外は普通の皮膚内は所謂結膜と云ふ皮で、此結膜は絶へず眼の表面に接觸て居るから、其摩擦を減ずる爲め常に濕氣を帶びてゐる。此二枚の皮が前の方で合さる所が眼縁で、此處には

若干の睫毛

が宛かも槍を樹て竝べたやうに數列にうへ付けられてゐる。上の眼瞼の睫毛は下の眼瞼の睫毛よりも多くて長く、鼻の方へ近か寄る程この數も減じてくる睫毛も顔面の装飾であると同時に、眼球を保護する作用をなすもので、強い光線を遮ぎり留め、昆蟲や異物が眼の中へ飛び込まうとして喰い留めて仕舞ひ且つ速に眼瞼に傳令してカーテンを閉めさせる。此眼瞼の開閉を

瞬

と稱するので、其名の如く極めて迅速活潑である。

瞬は眼瞼を開閉させて害物を眼球外に追ひ出すと云ふ許りで無く、又乾燥した眼球面を涙で濕すと云ふ作用をする。眠て仕舞へばカーテンは閉め切られて光線と害物の侵入せぬやうにし、醒むれば再び開けられる。此開けられて居る上下の眼瞼の間を

瞼裂

と云ひ其大さは人によつて違ひ又時によつて違ふ。眼の圓いとか大きいとか云ふのは畢竟は此瞼裂の大きいことで、慾に引かれると皿眼になり、愛の心に引かれると絲より細くなることもある。强い光線が射し込めば瞼裂を狹くして睫毛の影から物を見るやうにする。そうしなければ白雪の上に日光の煌く時のやうに、何物をも看視る事の出來ぬものである。瞼裂の内外の角を

内眥及び外眥

と云ひ共に同じ高さにあるものであるが、外眥が内眥よりも釣り上つて所謂眼尻の上つて居ると云ふ人と、之に反して眼尻の下つて居ると云ふ人とある。昔の武者や豪傑の眼尻は多くは上つて居るやうに書いてあるが、我々モンゴリア人種はコーカシアン人種に比して、一體に眼尻が上つて居るのかも知れぬ「デレリ」と下つてゐる人が助平で、「キリヽ」と上つてゐる人が短氣で締りのあるか何うかは請け合はれぬが、多少精神作用と關係のあるのは確かである。

眼球

は眼窩と云ふ骨から仕組まれた空洞の中へ入つて居つて、殆んど球のやうに圓い。此骨と眼球との間は脂肪を以て滿たされてゐる。長い病氣か夏痩せか若くは急性の下痢症などで、急に「眼くぼ」の落ちることのあるのは此の脂肪がだん〴〵減少するからである。眼球の外に出でゐる部分は極めて僅かで、其大部分は眼窩の中に圍まれてゐる。眼球の前面で色の變つて居る部分は、硝子の樣な透明體で、之を

角膜

と云ひ、紙よりも薄いが頗る强い組織である。此角膜が病氣のために不透明になれば、物を見ることが出來なくなる。此角膜の中央部に黑い圓い

瞳孔

と云ふ所がある。これが活ける家の本當の窓で光線は全く此孔から眼の中へ出入するのである。故に光線の强弱に從つて瞳の大小は常にちがふ、日中は光

線が強いから瞳孔は小さく、夜は光線が弱いから瞳孔は大きい。指を以て眼瞼を閉づれば大きくなり、之を開けば小さくなる。之は瞳孔の周縁にある肉が、伸びたり縮んだりするからで、暗黒中で猫の目の光るのも此瞳孔が極めて大きくなるからであります。若し瞳孔に伸縮自在の力が無ければ強い光線は憚りも無く眼中に入つて視力を害すること甚しい、殊に初生兒などは急に明るい所へ出して強い日光に當てゝはならぬ、未だ日の目にも慣れぬ抵抗の弱い眼は直ぐに害はれて、生涯の盲目となることも少くない。大人でも日光の直射する所で細微な仕事や讀書などすれば、視力を害される事が甚しい。さりとて餘りに弱い光線中で眼を使へば、眼の疲勞すること夥しい。精神の感動した時、睡眠て居る間、遠方を眺望める時、痛みのある時、身體の過勞して居る時などにも瞳孔は大きくなる。

瞳孔が大きければ眼に輝きと光があり活々として容貌の美を増すこと少くない

故に歐米の美人は黄金色の髪と緑りの眼と瞳孔の大きいのとを誇りとする。「アトロピン」と云ふ藥は醫學上に用ひられて必要缺くべからざるものであるがこれが瞳孔を大きくする作用がある、故に歐米の或種の婦人は「狂ひ茄子」と云ふ植物から取つた此「アトロピン」を、故爲に點眼して瞳孔を廣く大きくし美人の要素を一つでも增さんものと苦心する。然かし「アトロピン」は毒藥であつて身體を害するのと、藥のきいてる間は遠方は判然見へるが近くのものが茫然して能く見へぬと云ふ害がある。我が賢明なる讀者諸姉は苟且にも斯かる愚かな眞似をなさらぬ樣に希望する。序に眼科で使ふ。

「エゼリン」と云ふ藥に就ての迷信

に就て一言しやう。此藥はアトロピンとは反對に瞳孔を小さくするもので、「マダガスカル」島から產きる「カラバル」豆と云ふ豆科の植物の中に含まれてゐる。昔は此豆を罪人の裁判に用ゐたもので、百方搜

索に手をつくしても罪蹟の上がらぬ時には無理やりに此豆を食はせる。若し無罪であれば之を食つても平氣であるが、罪があれば卽座に死んで仕舞ふとの事である。瞳孔の周圍を環のやうに取り圍んでゐる暗褐色の所を

虹　彩

と云ひ鞏膜と云ふ白い所と判然と境ひしてゐる。虹彩とは虹のやうに美しいと云ふ所から來た名前で、其組織に褐色素の沈澱して斯かる色を出すのであるが其色も亦十人十色であつて甲と乙とは必ず多少異るを常とする、稀には「白つ子」と稱して虹彩までが眞白なものもある。此虹彩の變形によつて或は瞳孔が大きくなり、或は小さくなるもので、顔面に於ける眼の價は實に虹彩と瞳孔とで定めらるゝものである。瞳孔の内側には

水晶體

と云ふ光線を屈曲する仕掛けがあつて、物體を或は大きく見せ或は小さく見せる。瞳孔から眼中に入つた光線は必ずこれを通り抜けて、眼底の視神經に其物體の形狀大小色彩等を傳へるのである。眼球の周壁は三層から出來てゐる、外層が

鞏　膜

と云ひ、外から見て白い所が卽ちそれで、頗る鞏い組織であつて光線を通過させぬものである。鞏膜の内側が

脈絡膜

で其色は黑くて光線を吸收する。眼球に行き渡る血液は此脈絡膜の中の血管から補給される。最も内部の層が全身中の不思議な部分で

網　膜

と云ふ、極めて薄い弱い膜で、觸れば直ぐに破れる程であるが、而かも十層の組織から出來てゐる。此網膜は眼球の後ろから視神經が入つて傘を擴げた樣に廣つたもので、傘の柄が卽ち視神經に相當する

眼は物を言ふ

とは、東西共にありふれた言葉であるが、眼によつ

て實際その人の精神を讀むことが出來る。口脣は閉ざして語らぬことがある、舌は僞りを述べて止まぬことがある、然しながら眼はいつも雄辯で語り、心の樣の有の儘を示す。フォゲルと云ふ人は云つた

　眼は精神の窻である

と。夫れ眼を覗き込まれては何人か其良心を僞ることが出來やう。身の光りは眼である、一旦眼を閉ざして仕舞へば光は顏から消へ失せる。

　盲目の顏には表情が乏しく、聾啞の顏には或る精神の浮んで居るやうに見へるのは、前者は耳で社會を知り聲で己れを發表するからで、後者は周圍の變化する有樣を眼で見て行爲で發表するからである。我々は精神を純潔に保つて此窻から社會の萬般を正解し、且つ社會からも曲解せられぬやうに注意すべきであります。

(淚腺及び淚の事は、曾て本誌第二百〇九號に於て詳述した事があるから、こゝには一言も之に及ばぬ、讀者乞ふ該號を一讀せられんことを)

左の一篇は釣雪笹岡什が寄稿に係る故に附錄として此に掲ぐることゝなせり　編者識

自然主義と女性

笹岡釣雪君

紳士、淑女諸君

われ才拙くして文學を好む、曾て加賀の北國新聞、越前の福井新聞、越中の高岡新報及俳諧雜誌あしつき等の需めに應じ、屢〻思ふところを筆にす、偶〻舊冬恩師土肥鶚軒博士邸に寄寓して東京帝國醫科大學に通勤以來、以上の新誌讀者諸君と地を隔て相見ゆることを得ざるは最も遺憾とする所なり、又頃日在京の知己諸氏頻りにわが思想を暢べんことをすゝむ、卽ち一夜閑を竊んで禿筆を呵し、敢て此一篇を草す、久濶の紳士淑女諸君とわれにすゝむる諸氏との意に愜ふを得ば望外の喜びなり。明治四十一年六月十五日文星川上眉山夢幻の境を解脫して遠く幽冥界の人となりしを思ひ、明治文壇の傑作賤機、白藤

の二篇をなつかしめば螢光暗を縫ふてわが學窻に迷ふ、ア、思ひは千々にしどろもどろの夕。

三春の行樂既に夢の如く、はや初夏の季節となりました、藤や、菖蒲や紫に、芥子や、芍藥や紅に、溫い日光を濕りつぽい空氣の中にありてその色彩を縦にしてゐます、氣溫は上昇する、血行は劇しくなる從て神經的衝動も亦劇しくなる、夢見るやうな眼付をドロリとさせて物思ひに耽るのはこの時でありまして、瘋癲病院の患者の數を增し三面記事の材料を提供して多くの罪惡に沈淪しゆくのは誠に遺憾ではありませぬか、殊に多感の女性が亦特に衝動を起し易い文藝に親しまるゝに於てはその結果は果してどうなるものでせうか。

そも〳〵自然主義を標榜する渠等文藝家の言によれば、自然主義とは赤裸々に人生の眞を描くにあるといふので、肉體の發育に伴ひ自然にして抵抗することの出來ない衝動から起る苦痛や、煩悶乃至は生の荒廢によりて惹き起されたる哀感の種々の相を忌憚なく直寫するにありといふのであるが、元來かゝる神經質の作家その人等の心身に於ける異常變態は、多くは醫學上よりは病的の名を享受すべきもので、不健全の心身によりて醸されたる不健全なる思想といはねばなりませぬ、一轉すれば妄想狂とか神經衰弱とかいふ部類に入るべきものでせう。

作家と讀者との關係は音響の共鳴に似たようなもので、讀者の素質が作家と略ぼその心身に於ける病的の度を同うするときは、その感觸衝動も亦從つて大きなもので、小說を讀んで泣いたり、惡夢に魅せられたり、そんな所で事濟みとなればよいが異常に興奮されては遂には鹽原行となり、誹毀病となる、かくてはその人の子を賊するの罪もなか〳〵至大と言はねばなりませぬが、しかしこれは作家の罪といふよりもむしろ讀者側の罪ではなからうか、さて作家の側より言へば文藝の所作は、彼等自身に於ける鬱悶の噴火口で或る種の胚物である、かく發彰した後の心身は蓋し氣持のよいものであらう、讀者の側

より言へば共鳴によりてあやつられたる魂の遊離、しばしの夢と思ふてゐれば、それでよいのでせう、それがそう行かぬのは讀者の心身が初め申した通り異常に陷りてゐるからでせう、そこで心身を健全にして於いて讀むなら、いくら讀んでもよいモナアパッサンでもダンヌチオでもなんでも構ひませぬ、則ち心身が健全でありさへすれば、最初の程こそいさゝか小說に擒にせらるゝ氣味があるかも知れぬが、終には准批評家ともいふべき領域に入りさへすれば、それで免疫質になられたのです、心身が不健全であるとこゝまで達せぬ前に中毒の度が激烈であるから遂に斃死してしまふのであります。

一體人生といふものはチト失敬な言分であるかは知れぬが、彼等自然主義を奉ずる人から見たような肉的ばかりの狹隘な人生では決してなからう、人生はスフキンクスのやうな未だに解決せられぬ謎のやうな物ではあるが、こゝには道德的人生もあらう、宗敎的人生もあらう、經濟的人生もあらう、政治的人生、武裝的人生まだ〳〵ありませう、卽ち弱肉强食、旦暮もはかられぬと見るのは武裝的人生で、權利と義務とを都合よく制約して一團體が協同の生活を遂げて行くと見るのは政治的人生で、需要と供給とが案配せられて價値といふ標準が行はれ行くと見るのは經濟的人生で、善を行ひ德を積み自己の圓滿なる發現に努力し行くと見るのは道德的人生で、太陽は神の光なり雨露は神の惠みなり吾等は神の愛によりて導かれゆくと見るのは宗敎的人生であらう、只それ一角なり肉的のみなりと觀ずるも亦それ一角なり只それ一角なり一角を捉へて悶々し以て人生の全局を了せりと思ふは、いさゝか誤りではなからうか。

蒼々たる非情の境より始まりて神の聖明に終るべき永き吾等の旅の路なれば夢見つゝ、又働きつゝ進むべきものであらう、只それ一枝の夢に魅せられて世に背くが如きは常識の足りない行ひといふべきであらう。

時は初夏の若葉のにほひ多感の女性を魅するさへあるに、自然主義の文藝かれこれ喧騒を致すにあたりいさゝか管見を具して一考を煩はした次第であります。

育兒

小兒の鼻風

醫學士　河野衞君

春になると、氣候の變りが烈しくて、外氣の溫度が色々に變つて來る季節でありますからして、呼吸器―鼻咽喉、喉頭、氣管枝肺等の病に最も多く侵されます、殊に鼻風、鼻加多兒は冬よりも却て春に多いものであります、鼻加多兒は、世間では、多くは、鼻風と謂つて、左程氣にも留めずに居る人がありますが、小兒では、往々重い症狀を起して來ますから餘程注意をしなくてはなりませぬ。

鼻加多兒に罹ると、鼻の中の粘膜が赤くなつて、脹れて、そうして鼻汁が出て來ます、大人では此鼻加多兒は、通常早く治りまして、別に全身に障害を受ける程の事無くして濟みますけれども、小供では、屢々之れが爲めに重い症狀を起して來るのであります、殊に乳を飲んで居る小兒に取つては、甚だ恐るべき病であります、此れは小兒と大人とは、其身體器關の造構、生理に趣を異にして居る所があるからの事であります。

小兒の鼻の中は、極めて狹く出來て居るものであります、それ故に、少し粘膜が腫れると、スグ空氣の通る鼻の孔が塞がつて來ますから、呼吸する事が非常に困難になつて來ます、それから出た鼻汁が中で乾いて固まりますと、之れが又鼻の出口を塞いで了いますから、空氣の通るのを妨げます、そうなると甚しい呼吸困難を起して來ます。

それから、呼吸はドーかコーか行はれましても、食

物を取らうとする時になると、一層烈しい困難を起して參ります、乳を飲む時分には、口で呼吸する事は出來ませぬから、通常なら、鼻で呼吸をして、それでウマク行くのでありますけれども、前申しましたやうに、鼻の中が狹くなつて、塞がつて居る時分には、鼻で呼吸する事が出來ませぬから、長く乳を續けて飲む事は、ドーシテモ出來ませぬ、それで飲みかけては、休み、休んでは又飲まうと骨折りますけれ共、到底充分に滿足する程飲む事が出來ませぬ此結果として、鼻加多兒が永く續くと、呼吸と、哺乳とが妨げられますから、小供の身體榮養が衰へ、力が無くなつて來ます、その上肺炎抔を起して遂には死亡する事もあります、又は肺炎を起さず共、稀には、突然と死ぬやうな事もあります、是れは鼻の中が腫れて空氣が通らなくなつて、それが爲めに窒息して死亡するのであります、一體大人では、鼻加多兒の時分に、熱を出して、力の衰へるやうな事は殆んど無い位に甚だ稀でありますけれ共、小兒といふものは、極めて容易に熱を發するものでありまして、單純の鼻加多兒の時にも、高い熱を出し、それが爲めに身體が衰へて、遂には死ぬる事もあるのであります、殊に弱い小兒では危險であります、それから、鼻汁が頑固に出て、後には、膿のやうな濃汁を出す事があります、是れは屢〻鼻の實扶的里の爲めである事がありますから、餘程注意せぬといけませぬ、或は鼻から血液が雜つて出る事もあります。それで以上申し述べました通りに、小兒の鼻加多兒は、往々危險を伴ひますから、直に醫療を受けるといふ事を怠つてはなりませぬ、鼻風といふて輕く見てはなりませぬ。

鼻加答兒に罹らないやうに豫防するには、常に溫度の烈い變化に遇はぬやうにし、室内溫度を四時平均に保つやうにし、入浴の後に風を引かさぬ事に注意しなければなりませぬ、一旦本病に罹つたなら、身體を溫包し、溫い室内に居り、榮養に注意し、體力の衰へぬやうにするのが極めて大切であります、殊

に夜間睡眠中絶へず注意し、窒息に氣を附けなくてはなりませぬ、そうして鼻の汁や及びその固まつた分泌物の附著しないやうに、常に注意して居なくてはなりませぬ、鼻の中が塞つて居ると、充分に乳が飲めませぬから、時々少量宛を匙で與へる必要があります、醫療の外に、榮養の衰へぬやうにするのが一番大切であります。



質疑

問● 前略愚母一ヶ月程前に腦貧血にて卒倒致し以後元氣舊の如くならず困り居り候に附病後の養生法御教示下され度願上け候

東京　京橋ノ一會員

答● 凡そ是れだから好いと云ふ病氣はありませんが就中腦の病氣は最も注意せねばなりません而して本病は種々な原因から來るのですが其の原因により其れ〳〵醫家の治療を受くるのは勿論でありますが先づ養生法としましては居常複雜な社交又は競爭場裏に奔走するが如き精神上且つ肉體上に關する一切の煩勞を避け何時も云ふのですが專ら身神の安靜を守る事が最も肝要であります其他適度の運動、睡眠をなし食物は滋養に富み消化し易きものを撰み過食を愼み飲酒、喫煙を節し常に便通を順整ならしめ房事を戒め入浴も必要ですが時間は長からぬ樣浴後は成るべく安靜にし其他一般の衛生法に注意せられ再發を豫防せねばなりませぬ、若し不幸にも再發したならば徐ろに先づ閑寂な室に身體を水平の位置に臥さしめ頭部を低くし體の下部を少しく提擧し醫師の急診を待たねばなりません、其他財政の餘裕あれば山間幽邃の地に轉療して浩然の氣を養ふも亦自然の適法と思はれます。

問● 貴會益々御隆盛敬賀奉り候陳れば慢性胃腸病のため食事停滯常習便祕致し肛門痛く放屁甚しく誠に困入候間醫藥下劑も品々服用致し候へども腹工合惡しく格別效顯も無之候間藥品にあらずして腹に障碍なき素人療法を何卒御示教下され度願ひ奉つり候、又胸痞へ卽ち臍の上部俗に水落ち何共苦しく困り入候に附消化不良の特效藥御教へ下され度每々恐入候得共何卒御願ひ申上げ候

羽前　阿部　某

答● 常習便祕に就ては專門醫家の常に苦心する處で古來幾多の藥劑がありますが一として卓效のあるものはないので何れも皆な多少の效能ありても只一時凌ぎのものゝみであります、そこで素人療法として別に是れと云ふ適法もありませぬが元來常習便祕は各個人の生活狀態が大に關係するもので主として運動の少ない彼の坐業を取る人例へば居常机に倚りて書籍抔を繙くもの或は日本式の裁縫家其他學者等に最も多數を占めて居ります、又食餌も大に關係があつて常に肉食を嗜み野菜物を少なく取る人に比較的多い樣に思はれますが、先づ療法として適當の運動をする事です運動宜しきを得ば從つて血液の運行が好くなり一は腸管の蠕動を補ける事が出來食物は成るべく丈け野菜を用ゆる樣に努むるのです、斯くすれば爲に腸管の粘膜を刺戟して分泌物を增加し糞便を軟化し以て排出し易くなりますが故に從來の經驗上每朝離牀時に一碗の淸水又は鑛泉を飮用する事も時として效を奏するものなれば大に試むべき價値があります、其他下腹部を按摩する事も適法なれば宜しく試すべし、亦胸の痞へ消化不良等の容態は或は慢性の腸胃加答兒でもあるものと察せられます去れば醫家に就て適當の治療を受けらるゝ方得策ならん、消化藥として有效なるのは「タカヂアスターゼ」「ヂゲスチン」「チールストツフハンヂン」等其他澤山ありますが先づ是等が卓效あるものです。

問・拜啓一筆御伺ひ申上げ候私の親しき友立に昨年から折々尿利頻りにして一日に凡そ十五六回もこれあり候事がありますが許りでなく非常に尿道の痛みを覺へ心持ちが惡るくて困りますが別に未だ醫療も受けませぬが其療法及び御藥は何々を用ひ候得ば宜しき哉何卒御教示の程願ひ上げ候

田舍の一會員

答・利尿頻數と云ふ事は大切な容態で而して之を起す原因は種々あります例へば腎臟の病、膀胱の病氣、尿其者の病等數多ありますが就中危險なのは腎臟病で而かも是れは比較的多い病氣であります何れにしても素人療法位では到底治癒は六ケ敷いのです又病氣が分つて居なければ從て治療法も不明です兎に角捨て置くべき容態ではないので一刻も早く醫家の治療を受けらるゝ事が何より肝要と思ひますかく茲には只攝生法として一言致しませう先づ褥中に絕へず平臥して感冒に罹らぬ樣に注意し殊に消化し易き滋養物を採り專ら身神の安靜が必要です其他刺戟性食物例之ば濃厚なる茶、珈琲、酒類、香料等は一切禁せねばなりません尙ほ出來る事なら排尿後は淸淨なる溫水にて外陰部を洗拭して常に局部を淸潔になし置くのが必要であります。



○東京帝國大學へ御臨幸

東京帝國大學に於て去る十一日午前十一時三十分同大學圖書館に於て卒業證書授與式を舉行せらる、當日は豫て仰せ出されたる如く　天皇陛下の臨御あらせられ牧野文相、濱尾總長御車寄に於て同敎授諸氏は御通路の右方に來賓は其の左方に學生は假正門の左右兩側に整列して鳳輦を奉迎し　陛下便殿へ入御暫時御休憩、此時大勳位、親任官、同禮遇者に拜謁

を賜ひし後、總長の御先導にて標本、古文書等を天覧に供し、出御文相總長の御先導にて田中宮内大臣德大寺侍從長、岡澤侍從武官長以下供奉の諸員を從へさせられ卒業式場に臨御、式終つて便殿に入御御少憩の上午後一時近き頃龍顔麗しく還御あらせらる奉送は奉迎の時の如し、當日恩賜(銀時計)の名譽を擔ひし醫科の優等生は小澤修二、加藤豊次郎の兩氏なりし。

○コッホ博士歡迎會

コッホ博士及び同夫人は、豫報の如く、六月十二日「サイベリア」號にて橫濱に着き、橫濱まで出迎はれたる北里博士の一行と共に、同日入京せられたるが醫學及びこれに關係ある學會の聯合發企に係る歡迎會は、豫期の通り、同十六日午後二時より上野公園音樂學校にて開かれたり。

正門には、日獨兩國旗を交叉し、會場に宛てたる奏樂堂の正面上段なる「アーチ」の上方には、獨逸國旗にて「ハート」形を現はし、これにローベトル、コッホの頭文字なるRとKの字を刻み、それより黒白赤三段の布を波狀に張り、ここに金屛風二雙を立て、松に菖蒲の活花を置き裝飾殊に優美を窮めたり。

定刻に至り、コッホ博士及び同夫人は獨逸大使ムンム男等と共に、石黒男爵の案内にて式場に入らる、此時近衛軍樂隊は獨逸國歌を吹奏し、嚠喨たる音樂の裡に嚴肅なる歡迎會は開かれたり

コッホ博士を紹介するの辭

男爵　石黒忠悳

余は博士コッホ閣下と舊交ある日本人の内にて最も年長者であるとの故を以て、茲に閣下を滿堂諸君に紹介するの光榮を荷へり博士コッホ閣下が、現世の醫學に致されたる偉勳は勿論、閣下の學說研究により、生物の慘禍たる傳染病を防遏し、治療し、又其學說を應用して農事なり、釀造なり、此人世の進步に福祉を加へられたる偉大なる功業は、諸君已に知らるゝ所にして此に述ぶるの要なし、玆に余は閣下が我邦に致されたる一つを擧げて諸君に紹介せんとす

往年余が獨逸に在るや、我內務大臣の囑により(當時內務大臣は山縣公爵、衛生局長は故長與專齋君)我公使の手を經て、彼の文部醫務大臣に紹介し、コッホ博士に會見を求め、明治二十一年五月七日北里醫學士(今の博士)を帶同し、閣下を伯林の衛生試驗所に訪ひ、我邦の虎列刺豫防に就て年來の實驗を述て質問した、す

ると閣下は立て書棚より萬國地圖を擕て來り、展て日本の所を指示された、其圖を見るに博士は其日本圖の所に、何の年には患者何人死者何人、何の年には患者何人死者何人と云ふ毎流行年の患者統計を仔細に書入置かれてあつた、余は此圖を見て頗る感に打たれたのである、何となれば、當時我帝國はまだ廣く外人には名も知られず、多くの歐洲人は、日本は支那の一屬邦だなどと思ふて居る頃である、然るに閣下が傳染病に對しては廣く世界に眼を注ぎ密に隅から隅まで意を注がるゝこと如此とは、劈頭第一に、實に感に打たれたのである、そこで段々我邦に虎列剌流行の實況を陳述し其豫防撲滅につき種々の指導を受けた、就中我國で防疫に於て常に苦しむのは消毒藥で消毒藥としては從來專ら石炭酸を應用して居るものゝ、我國では未だ石炭酸の製造は出來ず、隨て價も高く且つ强力の石炭酸を應用すると肥料として效力を減じ農作にも影響する等の事を述たるに、博士は此に石炭酸に代るに石灰乳を應用することを示された、余は此事を直に其夜詳しく書て之を内務省に報告し、内務省は直に之を實行した、此一事にても閣下が我國防疫上に致されたる事によりて日本が國家經濟上いかに大なる利益を受けたるかは推て知るべしである

又余が述る迄もなく、我邦は、支那なり、韓國なり、印度なり傳染病最も多き我國と隣接し人民の交通、貨物の貿易頻繁なるに隨て、傳染病を防遏する計畫は最も周到ならざるべからず、於此か國家は特に傳染病研究所を設けて其研究を怠らず、爲に其慘害を減少しつゝあるも、其淵源はコッホ博士閣下の賜にして、殊に我が國に於ける斯學の大家北里博士を首め斯學に從事する者は博士コッホ閣下の懇なる教示に依る者多く隨て我邦に於ける細菌學の進歩は割合に早く、隨て傳染病豫防方法は割合に密に、因て我國胞が傳染病の慘禍を免るゝこと多し抑も醫學上我日本と獨逸國と殊に親しき關係を有するは勿論なれども殊更我邦人が博士コッホ閣下の德義を敬慕すること久し今や閣下は幸に我國に巡遊せられたるを以て同志相會して此に請待したるに遂に快諾臨席せられたるを以て謹で閣下を諸君に紹介す

次で各學會長總代東京醫學會會頭醫學博士三浦謹之助氏は流暢なる獨逸語にて歡迎の辭を述べ、夫れより牧野文部大臣は崛て起ち明亮にして且つ流暢なる英語を以て祝辭を述べたり。

これに次ぎ獨逸大使ムンム男の謝辭あり。

次で原内務大臣代理(吉原次官)は歡迎の辭を朗讀せられたり。

此時委員の一人たる高木男爵は、コッホ博士が結核菌發見第二十五年を祝するの意にて昨年獨逸國に於て企劃せられたる結核病豫防撲滅基金に、今日來會諸子の贊同あらむことを、邦語と英語とにて演說し滿場拍手を以て之を迎へたり。

是に於て、コッホ博士は起て演壇に進み、嚴肅犯すべからざるの態度にて、先づ謝辭をなし。

予が始めて日本に來遊して斯くの如く熱誠なる歡迎をうけし事は實に余が望外の光榮として感謝措く能はざる處なり高木男爵が紹介せられたる結核豫防撲滅基金は、余の名を冠すと雖も、世界的のものにして、敢て獨逸內に限るものにあらず幸に諸君の賛同を得ば、强ち余一人の幸のみにはあらざるべし日本人が文明を咀嚼し、これを利用するに巧妙なるは、余の深く感ずる所なり。特に「ペスト」病、「コレラ」病の如き、豫防撲滅の上に、日新の醫學を應用したるは、他方に於ても多く見ざる所なり往年日露役に際しても、衛生上著しき良果を得たる所以を見るも、日本に於ける軍陣外科の大進步を徵するに足るべし

次で睡眠病に就きて、堂々一時間餘に涉れる講演をなされしが、演壇の後方には「トリパノソーマ」「グロッシーナ」等幾多の圖畫を揭げ、博士は其前に立ち、從容として敢て逼らず、僅に手を動かし、鞭を揮ひ、明亮痛切の言辭を以て、諄々說き去り、說き來たる處、人をして襟を正うして敬聽せしむるものあり。コッホ博士講演の大意は北里博士これを譯述せり。(別項に揭ぐ)北里博士の通譯終るや醫學博士青山胤通氏は、獨逸語にて簡單に閉會の辭をなせり

並に各學會を代表し、謹んでコッホ閣下の有益なる講演に向って感謝し。以て閉會の辭となす

斯くて講演會は終りたり、奏樂のうちに主賓及び來賓先づ退場し、次で會員一同散會せり。

當日、來賓としてこの會に出席せるは主賓コッホ博士及び夫人を始として、西園寺首相、牧野文相、桂侯、板垣伯及同夫人、獨逸大使ムンム男、濱尾大學總長、長崎宮中顧問官、吉原內務次官、加藤男、菊池男、山川、穗積の諸博士以下、百五十餘名、會員は橋本、實吉兩子爵、石黑、佐藤、岩佐、高木、池田、岡、小池七男爵、三宅大澤諸博士等の元老以下一千二百餘名と註せられ、實に空前の盛況を呈したり。

* * * * *

歡迎會は、午後四時半、目出度終了せしが、引き續き、七時より京橋區木挽町歌舞伎座にて、觀劇會の催しありたり、その概況は左の如し。

會場たる歌舞伎座前の車寄並に入口には、杉葉もて裝飾を施し、これに造花を配置して、日、獨の兩國旗を交叉し尙ほ幔幕を打ち廻して、美觀を添へ、場

内は、三方の棧敷に、日獨國旗を附したる岐阜提灯竝びに紅白黑の獨逸國旗に因める飾紐を飾り、舞臺正面の特等席は、後に金屛風を立て、博士夫妻のために二脚の椅子を竝べて、其前に氷塊を据え、草花を插み、東西上下の棧敷は婦人席にあて、三階には來賓の食堂を設けたり、委員は始終場の內外にありて入場者のために斡旋の勞をとれり。

コッホ博士及び同夫人は、定刻前に、北里、長與の兩博士に導かれて、入場著席し、定刻に至りて高木男爵は、舞臺に現はれ、得意の英語にて開會の辭をなせり。

右の辭終るや、提議して曰く、結核豫防會設立の事に異議なければ今夕の出席者は悉く發起人となり、それが創立竝びに萬端の事務は、歡迎會委員に委囑されたき旨を述べたるに、滿場一致を以て此議を可決したり。

演劇の外題は吉野山道行、夜討曾我にして、市村羽左衛門、尾上菊五郎、尾上梅幸、市川高麗藏、市川猿之助、尾上蟹十郎、澤村訥升、尾上松助等の諸優各自得意の伎を演じ、次で二人道成寺(濟香、五郎)國の華(新橋藝妓)あり。

演劇の筋書は、斯道に精通せる森博士鷗外氏の手にて獨逸文に譯せられ瀟洒たる冊子として主賓竝びに會員一同に之を配布せられたり、尙ほ鷗外博士と長與博士と共に主賓の傍にありて具に劇の說明をなしたり。

斯くて主客共に興に入り、午後十一時に至りて散會せり、觀劇會には、來賓及び會員共に夫人令孃の同伴者もありて、總人數一千六百餘名の多きに上ぼり實に近來無比の盛況なりき。

▲東京帝國大學のコッホ博士招待會は六月十九日午前十一時より小石川植物園內に開かれたり。

▲コッホ博士の高弟北里博士はコッホ博士を我國朝野の紳士に紹介せんが爲めに六月十四日午後六時より華族會館に於て晩餐會を催されたり。

○コッホ博士謁見

コッホ博士渡來につき敬意を表する爲め獨逸國特命全權大使男爵ドクトルムンム、フォン、シユワルツエンスタイン氏同伴、去月二十五日午前十時三十分參內、天皇陛下に謁見仰付けられ了りて、コッホ博士同夫人は、大使同伴皇后陛下に謁見仰付けられたり。

○ベルツ博士の歸國

曩に宮內省の御用を承けて、本邦に來りて滯在中なりしベルツ博士は、六月二十一日、午後六時半新橋發の列車にて、獨逸に向け歸國の途に就けり。
尙ほベルツ博士は、歸國に際し、奬學資金として金五千圓を東京帝國大學へ寄附せりと云ふ。

○コッホ博士へ御下賜品

コッホ博士は先日謁見の榮を得られたるが尙ほ　天皇陛下には博士の醫學に盡されたる功勞及び日本の衞生上に多大の功勞ありしを御思召され特に今回御紋章付大銀鉢を御下賜あらせられたりと。

○衞生館設立の議

內務省にては目下明年度豫算の編成に際し衞生館設立の計畫ある由なるが其理由は近時人文發達の割合に國民死亡率の左程減少せざるは衞生思想の普及せざるもの其一大原因なるべきを以て歐米諸國の例に倣ひ現在東京衞生試驗所の衞生館を擴張し之に一般衞生に關する各種の物品を陳列し隨意縱覽を許して大に衞生思想の普及を計らんためなりしと。

○衞生講習所開講式

大日本私立衞生會の第十三回事務講習所開講式は本月一日午後一時擧行吉澤理事の挨拶に次ぎ講師總代橫山雅男氏及評議員總代飯田靜太郎氏の演說あり會頭土方伯代三宅評議員の挨拶にて式を終れり今回の講習者は各府縣巡査等にて六十一名なり。

○マッサージの效驗

マッサージは最初軍醫監長瀨時衡氏が廣島陸軍病院に勤務中ある病症治療法につき橋本綱常氏に相談せし處墺國人ライフマイル氏の實驗せし著書に據りマ

ッサージ即ち西洋按摩法の應用を勸められて種々苦心の末之を實際に試みしを嚆矢とし爾來種々の實驗の結果は全く醫療的のものとなし盛んに治療の需めに應じつゝあるが其適應症は腦病神經痛、神經麻痺腸胃病、關節病、筋骨諸病等を主とし婦人科、産科、眼科等其他にして彼の普通の按摩の慰安的の者とは全然其功能を異にせりと然るに今回市内松ヶ枝町三三にこの醫療的マッサージを開業したる青木德太郎といへるは東京盲啞學校の出にて多年この術を研究し曩に醫科大學病院などにて永らく斯道に從事したる人にて前記の諸症には獨得の手腕を有し就中脚氣、リウマチス、トラホーム等の諸症にて同人の療法を受け全快したる者少なからずと云ふ。

○自働便器の發明

農商務省特許局は牛込鷹匠町八番地依田盛壽氏（二十二歲）なる年少者の發明に係る自働衞生便器に對し過日特許を與へたり同氏は資産家に生れて何不自由なき身なるに拘はらず一意公衆衞生を重んずる結果便器の發明を企てたる事なれば當局者側にては特に同氏が目下考案中の自働車につきても出來得る丈け便利を與ふべき旨奬勵せる由なるが今便器發明の動機を聞くに氏が曾て成城學校在學中二學年の試驗に際し同校の寄宿舍にありしも時間の都合上豫期の勉强も出來ざるより舍監の目を偸みて便所に隱れ讀書するを例とせしが便所の臭氣に堪かね我邦便所の不潔にして非衞生的なる殊に夏期の病源を爲すこと少なからざるべきを思ひ先づ惡臭を防ぐ方法を講じ衞生上より割出して適當の便器を作らんと心掛くるに至れり時に氏は年齡僅かに十六七歲の少年なりしが同校を卒業するまで三年間右の研究を續け幾度の失敗の後始めて完全なる便器を發明したりと其の構造は用を足す爲に踏板を踏めば其人の重力が自働器を壓迫して密閉せる蓋は自然に開き側器の裝置器より一定の量にて消毒水は噴出し上製のものは新聞狹み鏡など用便の際自から前に現はれ出で用便後に用ゆる紙入の蓋も自働的に開き用を終りたる後に總べ

て原型に復する仕掛なりと尚ほ氏は該器の普及を期し實價にて月賦法を設け一般衛生の爲めに盡す積なりしと。

新刊書紹介

一新編家庭衛生　菊判全一册　定價金壹圓七拾錢

醫學士石原喜久太郎著

本書は嵩南石原學士が、故大橋乙羽君の深厚なる友情の紀念として、ものせられたる由なるが、前篇緒論の部は第一項より第八項、後篇各論の部は第一章より第七章に至る、五百有餘頁の傍訓つき美麗なる洋裝の大册にして、專ら諸般の衛生に關する事柄を細大となく網羅せられし家庭の好衛生書なるが、通俗にして且つ何人にも分り易く書れたれば、家庭の衛生顧問として一本を座右に備へられなば、蓋し利する所多大なるべし（東京日本橋博文館發行）

大日本婦人衛生會記事

○本會七月例會

本月四日午後一時半より神田一ツ橋通り女子職業學校内に於て例會を開き此日豫て富士川ドクトルの講演ある筈なりしも俄に事故にて缺席せられしかば、先づ衛生試驗所技師石津藥學士は「飲食物の取締」てふ題にて三時間に亙る講話を試みられたるが其中に肉類の贋造に關する件は最も價値あるものにて我國飲食物に關する取締規則の發表せられたるは今を去ること八年前の事なりしが其は衛生に直接有害なるものを主として不良飲食物の販賣製造等には何等の制裁なく只僅に防腐劑として亞硫酸を用ゆる事をのみ禁止されある事にて彼の食用肉類の如きには極めて危險なるもの頗る多かるべく最も前述の如く此方面の制裁なきより內地に於ける確たる例證を擧ぐる能はざるも是等規則の嚴重なる例を示せば容積を増すべく質の不正なるものを混和せしもの品質其もの

より尚ほ一層善良なるが如き外觀を裝ひ防腐劑等を加へたるもの其他劣等の品を混和し牛肉中に馬肉を混へ鷄肉中に兎肉を加へたるもの變質せし肉類已に時日を經過して變色せしものに或る色素を用ひて色をつけしもの抔贋造せしものを數へ來れば其種類幾干なるや是等不正の肉類は只一二度用ひたりとて衞生上に差したる害はなけれど之を連用する時は非常なる障碍を來し殊に疾病ある人抔には最も恐るべきものなれば大に注意を要すべく又各葡萄酒にも僞造品數多あれど之れが正否を吟味すること甚だ難事なるべしと蓋し是等の外見は素人には迚も分るものならねば嚴重なる政府の取締を望むと同時に公衆も亦不良品と氣付かれなば速に衞生試驗所に就き檢査を乞ふべく殊に奸商の如きは法律に觸れぬ樣不正品を作る事にのみ考案を凝しつゝあり現に歐米の是等規則の嚴重なる處に於ても法律に觸れざる範圍に贋造品を發明する事にのみ腐心せる不道德なる化學者もあり云々とて最も有益なる講話なりし、傍聽者は約百數十名なりしが同四時半頃閉會せり、當日出席せられし役員は左の如しと。

高木 鈴子　濱尾 作子　石川 貞子　長谷川仲子
山本多穗子　松平 芳子　岡田 德子　岸 澄子
吉武糊枝子　田代喜代子　丹波 貞子　三宅 藤子
三浦 敬子の諸氏なり

因に本會は例に依て八、九の兩月(例會)は休會致します

〜〜〜

○山形支會例會

六月二十日午後一時より女子師範學校內に例會を開く、會員の出席されし者二十餘名にして古閑講師は「子宮疾患」に就ての題下に有益なる講話ありて三時半散會せりと云ふ。

〜〜〜

○新潟支會例會

六月廿八日午後一時より新潟師範學校附屬小學校に於て當市婦人敎育會と聯合の上例會を開きしが出席者は約六十餘名にして講師及び演題は左の如しと。

一洋服裁縫の方法　毛利篤二郎君

一郵便に就て　河合[illegible]

○海水浴場の開設

本年も例に依て新潟支會は當市衞生會と聯合して七月中旬より寄居濱に於て海水浴場を開設する事となり、尚ほ一層設備の完全を圖り、衞生思想を鼓吹せむが爲め、去月下旬市役所樓上に於て兩會の役員會を開きて種々の協議をせられたりとの報あり。

○本會入會者

○宮脇ちよう子紹介

●松山市大字三番町　通常會員　早水まさ子

○青戸さく子紹介

●[illegible]矢來町蔣殿五十號　通常會員　今井倭文子

○山形支會入會者

○高木幹事紹介

●　特別會員　戸田たき子

○佐柳幹事紹介

●　特別會員　板垣千代子

●　特別會員　垣田ひで子

○新潟支會入會者

○和田くに子紹介

●　特別會員　三池さみ子

○中村しげ子紹介

●　特別會員　辻澤まし子

○轉居

●淺草區黑船町二十四へ　中島照子

●京橋區木挽町五ノ三へ　大野豐太

●牛込區大久保餘丁町一〇三へ　大森百合子

●府下千駄谷町九〇二へ　飯島つる子

●千葉縣津田沼村字大久保田久保派吉方へ　山梨識子

●鳥取市栄谷町六三へ　伊垣かう子

●北海道旭川町三條通十三ノ左三へ　室伏清子

●牛込區北町三十五へ　武田かね子

●大阪市南區船出町一一三七へ　野口孝子

インファンチナ

小兒を完全に發育せしめんと欲せば牛乳に之を加へよ

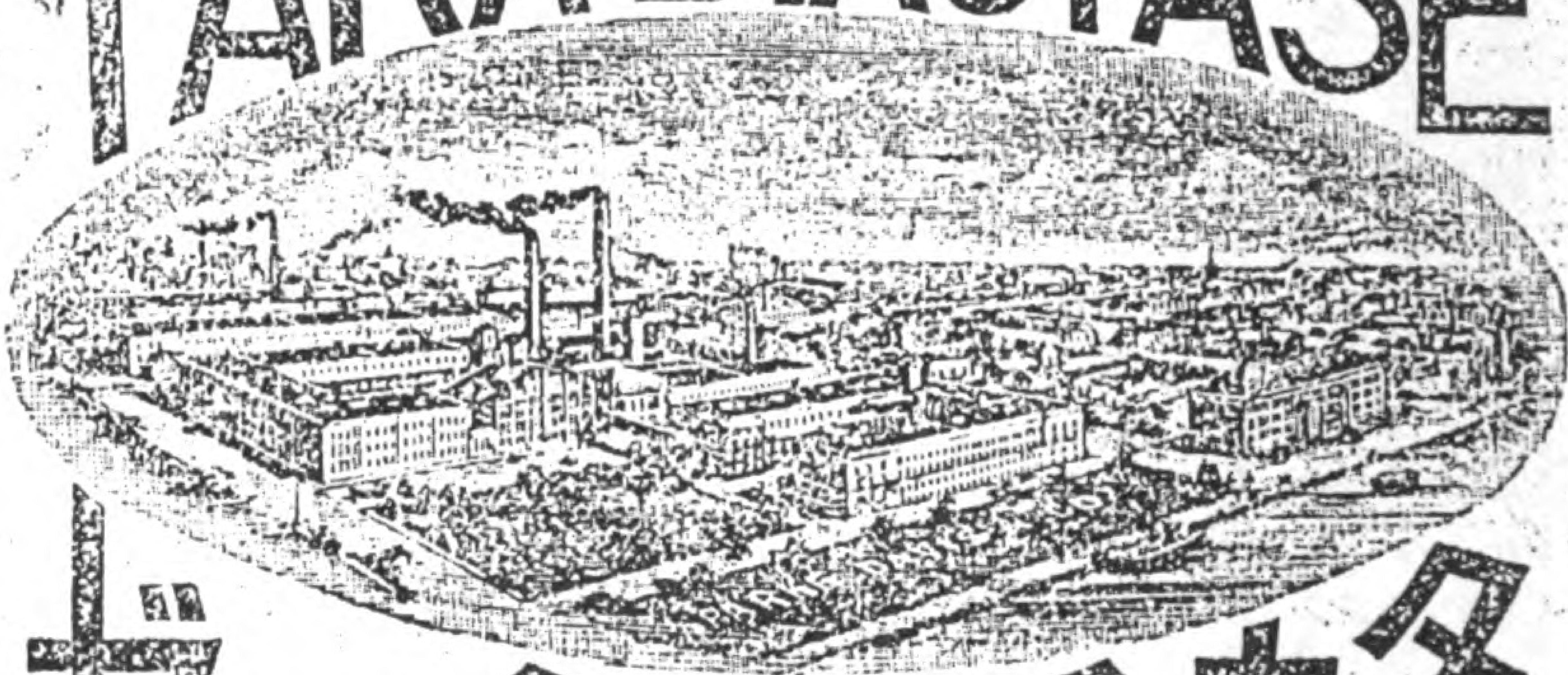
醫學博士弘田長氏曰く（上略）予も亦久しく完全なる小兒營養品を求めつゝある者の一人なり、而して坊間販く所のもの一長一短彼に可なる所あれば是に否なるあり撰擇又撰擇絶えて我意に滿つる製品なきを慨したりき、然るに客歲官命を帶びて歐州諸國を巡回したる際、測らずも完全なる小兒營養品を得たり、これ即ちドクトル、ダイン、ハルド氏可溶性小兒食品「インファンチナ」なり（中略）其化學的集成を見たるのみにして既に本品が如何に適當に配合せられたるものなるかを知るに足る其消化性蛋白質に富めることや、其含水炭素の大部分の可溶性なることや、徒に多量の脂肪を含まざることや、鹽類中にも小兒の發育に至要なる燐酸鹽類を適當に含むことや、何れも是等營養的人工製品を求むる者の理想とする所ならざるなし、而て更に之が用法を見るに小兒の年齡に依り一定量の牛乳と水とに和して用ゆべく定めたり、これ人爲の力のみを以てしては到底不滿足にして天工を奪ひ能はざることを自認し、一半は天然物を以て之に充て其質を更めて天工に近かしめむと試みたるもの、即ち牛乳の性質を變ぜしめて人乳、就中小兒の生母の乳汁と同一ならしめむと欲したるなり、其考案の巧妙にして而かも實用上些の遺憾なき、寔に感嘆に値すと云ふべし、（中略）予も亦之を實驗したるに消化不良に罹れるもの又は現に下痢ある者の如き本品を用ゆるに依りて之を制止す

「インファンチナ」の分拆表及用法用量は現品に附したり

「インファンチナ」は百瓦入三百瓦入五百瓦入の三種とし互れも罐入として發賣せり各地の有名藥舖にて販賣す最寄の藥店になきときは直接照會を乞ふ

發賣元 東京市日本橋區南茅場町二番地 **三共藥品合資會社**

TAKA-DIASTASE



タカヂアスターゼ

世界最大の製藥工場

パークデビス社は完全なる設備を有する世界最大の製藥會社にして、上圖は其デトロイトに於ける本社工場の全景なり。此他同社は加奈陀及英國に同一規模の分工場を有し、世界の醫家が要求せらるゝ總ての醫藥品を製造す。タカヂアスターゼはパークデビス社の製品なり。完備せる裝置の下に熟練なる技術者に依り、製出せらるゝ

高峰氏發見消化新劑

本劑は品質純良、每瓶強度均一にして、又其效力永久不變なり。醫師及藥舖諸彥！模造品製造者の誇大なる虛僞的廣告に誤らるゝ勿れ、世上本劑以上の實品なきは歐米及吾多數醫學大家の實驗報告に徵し確認せらるべし、需用者は必らず高峰氏タカヂアスターゼと指定せられよ、本劑は粉末錠劑水劑の三種として發賣せり各地藥舖にて販賣す

代理店　東京南茅場町　三共藥品合資會社

私立大日本婦人衛生會茨城支會規則

開設の趣旨及目的　凡人生の幸福を保持するには完全なる教育を望まざる可らず之を望まんとするには必すや衛生と相俟て而る後始めて全き事を得るならん。されば吾人は現今東京に於る該本部に準じて更に茨城支會を開設し吾人か日常實行する衛生の事項をして益研究し益改善を圖りて其の發達を互に努め力めんとするに在る而已●本會は私立大日本婦人衛生會茨城支會として之を當水戶市に置く●本支會々員たるを望む婦人は何人にても入會するを得●入會手續入會の節は氏名族籍住所等を明記し本會事務所に申込む者とす。但し會員證は東京本部へ通知し然るのち之を交附すと雖ども徽章代は豫め前納せらるべし●會員種類會員を分ちて特別。通常。終身の三種とす終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一月金三十錢以上會員は一月拾五錢を納むるを●男子にして本支會の趣旨を贊成する通常者は之を贊成員とす●本支會員は本部にて每月發刊する雜誌を無料にて受くるを得●退會せんとするものは其旨本支會事務所に報知すべし。（死亡等は親戚知人より通知せらるべし）●支本會に左の役員を置く支會長一名、副支會長、幹事六名、評議員十名、書記、會計、庶務は幹事中より各二名づつ互撰分擔す●役員は任期滿一ヶ年とし每年五月總會に於て投票を以て之を定む●集會は例會總會評議員會及臨時會とす集會八月を除く每月一回第三の日曜日に之を開く總會は五月適宜の日を以て之を開く急要の件あるときは臨時會若くは評議員會を開きて評議する事あるべし●斯會學識經驗ある知名の士に囑托して衛生上の講義演說又は之に關した實驗等をも爲し本支會員に聽講せしむ但會員は知人家族等誘引して參會することを得（此際出席の衣服は總て質素たるべし）●會員中若し本會の障礙となるべき所爲ある者又は會費を滯納するものある時は本支會長評議會の決議を經て除名する事あるべし●茲に記述したる數項の他その必要と認むべき事項あらば成る可く本部規則を適用するものとす

水戶市上市田見小路二十五番地

明治三十四年十月創立

茨城支會

私立大日本婦人衛生會

高崎支會規則（明治三十五年四月創立）

●第一條　當支會は大日本婦人衛生會に屬し汎く婦人をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ倍て社會全般の幸福を増進するを目的とす●第二條　當支會は大日本婦人衛生會高崎支會と稱し事務所を高崎市寄居町五十番地に置く●第三條　當支會は高崎地方在住の本會々員と支會限りの支會員とを以て組織す●第四條　本會又は支會の會員たらんとする者は住所姓名及び會員の種類を詳記し三箇月分以上の會費を添へ申込まるべし●第五條　當支會に學術其の他の裨益を與へらるゝ人士を推して講師又は篤志賛助員となす●第六條　當會員にして轉居死亡又は退會の時は速に其旨事務所に通報せらるべし●第七條　支會に左の役員を置く會長一名副會長一名幹事六名評議員十二名●第八條　役員は會員中より公撰し會長副會長は役員中より互撰す又幹事評議員は役員中より會長之を指名す但役員の任期を一箇年とし再撰するを得●第九條　本會の特別賛成員を定員外の評議員とす●第十條　當支會は毎月一回講話會を開き毎年一回總會を開く者とす總會に於ては講話の外役員の改撰會務の報告等をなす●第十一條　會員及賛成員の家族並に篤志賛成員は集會に參列するを得但時宜により男子の參列は謝絕することあるべし●第十二條　本會々員は本會費の外別に支會費を要せず支會限りの會員は支會費として一箇月金五錢を出す者とす●第十三條　總て會費の徵收は集會の席上に於てするを例とす但三ヶ月分以上前納すべし●第十四條　支會の所有金は支會の名義を以て銀行に預け置くものとす●第十五條　會員又は會員外より金員物品の寄附ある時は之を受納す●第十六條　本會所有の金員物品を慈善事業等に使用せんとするときは衆議に諮るものとす●第十七條　會員は服裝其他を質素にし集會の節は時間等を確實に履行すべし●第十八條　特に此規則に掲げざる者は本會の規則を準用す

●事務所高崎市寄合町五十番地

高崎支會

明治二十六年四月四日第三種郵便物認可

私立大日本婦人衛生會徽章規程

第一條　大日本婦人衛生會會員は其會員たることを表するため左の徽章を用ゆ





○本會徽章料左の如し

○通常會員章

第三號

メッキ製拾貳錢、送費六錢

○第二號

正銀製四拾錢、送費六錢

○終身及特別會員章

第一號

七拾錢（黑塗箱入送費九錢）

六拾錢（桐箱入送費六錢）

第二條　會員章は本會並に支會の集會に出席する場合は勿論襟止兼用の便あるを以て成るべく平素佩用して廣く本會の普及を圖るを要す

第三條　本會徽章は右の實價を以て會員に頒つ

○入會注意

○御入會の際は三ヶ月以上の會費前納にて申込まるべし會員章は上段記載の實價にて御頒ち申候へども送費とも必らず御前納のこと●東京府下に限り毎月雜誌の配達を兼れ會費領收人を差出すべしと雖も郡部の方は地方會員の部として領收人差出不申候但東京府下の會員にても會費前納せられ合せて郵送料をも御納付相成候へば雜誌發行次第直ちに郵送可致候●追て支會々員は支會へ會費御納付のことゝす●會費は郵便小爲替にて本會事務所々在の郵便局（東京麴町區富士見町郵便局）宛振出あるべし●會費受領證を要する節は送費として郵券一錢五厘封入せられたし●轉居せられたるときは其の旨必らず本會事務所宛通知せらるべし

○會員御紹介下され候御方には其人數丈の本會雜誌を進呈す

廣告料　一頁五圓半頁其二分一以下同之●特別廣告一頁拾四半頁其二分一以下同之

本誌一部定價貳拾錢

東京市麴町區富士見町二丁目卅二番地
發行所　私立大日本婦人衛生會
（振替貯金口座一〇六〇〇番）

東京市下谷區竹町五番地
編輯兼發行者　齋藤清之丞

東京市本郷區駒込千駄木林町百七十二番地
印刷者　今井甚太郎

明治四十一年七月十六日印刷